

这是一种关乎男女幸福的生活哲学 这是一道你我都需要品尝的幸福大餐
这是一场**两性相处**的大变革

Kuachu
Haonanren
Chongchu
Haonüren

夸出好女人 宠出好男人

邢桂平·编著

夸赞是送给男人最好的礼物
男人的**宠**是女人最好的化妆品

爱被夸赞是男人的天性 | 能力平平的男人如果被夸赞了几句
也有可能成为叱咤风云的英豪

好男人靠**夸** 男人都想做英雄，而不愿做狗熊，聪明的女人懂得用口才捧出好男人

而好女人则靠**宠** 读懂她的心，才能俘获芳心
聪明的男人懂得口才比口袋更能打动女人

女人喜欢浪漫是千古不变的真理，就算她口口声声地说搞这些东西多么铺张浪费，也依然逃不过浪漫的魔法



北京航空航天大学出版社
BEIHANG UNIVERSITY PRESS

Kuachu
Haonanren
Chongchu
Haonüren

夸出好男人 宠出好女人

常州大学图书馆
藏书章

邢桂平◆编著

夸奖是送给男人最好的礼物
男人的宠是女人最好的化妆品



北京航空航天大学出版社
BEIHANG UNIVERSITY PRESS

图书在版编目(CIP)数据

夸出好男人,宠出好女人 / 邢桂平编著. -- 北京 :
北京航空航天大学出版社, 2011.8
ISBN 978-7-5124-0564-6

I. ①夸… II. ①邢… III. ①性别差异心理学 - 通俗
读物 IV. ①B844-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第160246号

版权所有,侵权必究。

夸出好男人,宠出好女人

邢桂平 编著

责任编辑 胡性慧

*

北京航空航天大学出版社出版发行

北京市海淀区学院路37号(邮编100191) <http://www.buaapress.com.cn>

发行部电话:(010)82317024 传真:(010)82328026

读者信箱:bhpress@263.net 邮购电话:(010)82316936

三河市汇鑫印务有限公司印装 各地书店经销

*

开本:700×960 1/16 印张:14 字数:229千字

2011年8月第1版 2011年8月第1次印刷

ISBN 978-7-5124-0564-6 定价:28.00元



前言

自古以来，男人被赋予了“田力”、“顶天立地”、“男儿有泪不轻弹”的寓意。在女人眼里，男人就该十八般武艺样样精通，就该养家糊口，闯荡打拼，所以，人们习惯了男子汉的硬朗，就以为男人无需夸赞，无需鼓励。可是在男人外在的“硬”之下，还有一种不为人知的“软”，这种“软”是他们内心无处诉说的孤独，是无处排解的忧愁、伤感以及种种的无奈，可是很多女人往往看不见。

其实，每个男人骨子里都是个孩子，这就注定了他们的天真和任性，希望得到他人的关注和肯定，总渴望成为万人仰慕的英雄乃至皇帝，被无数人顶礼膜拜，享受一句句甜言蜜语，即使是糖衣炮弹，他们也乐意接受。

被夸赞是男人的天性，一个草包如果被夸赞了几句，也有可能成为叱咤风云的英豪。女人一句赞许的话或一个鼓励的眼神，男人就如上足了发条的钟表，不知疲倦地往返奔跑。

对于一个能力平平的男人而言，夸赞便是他最好的精神动力，也是对他最好的抚慰，相反，打击和指责便是男人走向悲剧的开端，任何一个男人都经不起别人的鄙视和

打压，即使是个自信满满、能力超强的男人，如果周围的人总是揭他的短，久而久之，他也会一败涂地。

所以成功的男人背后都有一个会夸他的女人，而一个口吐莲花的女人也势必成为男人一辈子的福气。

好男人靠夸，而好女人则靠宠。男人的宠是女人最好的化妆品，即使是天生丑陋的女人，如果被丈夫如贵妃般宠着、疼着，也会慢慢变得娇艳芬芳、貌美如花；相反，一个天生桃花般美丽的女人，如果一辈子缺少男人的宠爱，也会如残花败柳，毫无颜色。

当然，女人要有让男人宠的资本才行，如果你不漂亮，可以有良好的修养；如果你不聪明，可以有温柔的性格；如果你没有资历，可以有善解人意的头脑；再不济，如果你脾气暴躁，那么有漂亮的脸蛋也可以获得男人的宠。最可怕的就是，你既不漂亮，又没有一两样美好的品德以及聪慧的头脑，那么要想被宠就难了。所以，聪明的女人要懂得修炼自我，打造出让男人宠爱的资本。

本书前半部分站在女人的角度讲述如何夸赞出好男人的技巧，下半部分站在男人的角度讲述如何宠爱出好女人的方式，可以说，本书是一场两性相处的大变革，是一种关乎男女幸福的生活哲学，是一道你我都需要品尝的幸福大餐。

本书在创作过程中，以下人员参与了不同章节的编撰和素材的提供工作，他们是：王博、吴建军、李海良、李跃芬、李远琛、冯金辉、迟学义、李勇华、于松伟、吴会朝、于书红、张利娟、曹国辉、吴会霞、张东东、齐红、孙智国、楚亚婷、楚燕、王娟。

在此，对他们的付出深表谢意！



目 录

第一章 天性——男人都想做英雄，而不愿做狗熊

男人爱面子，夸他才能显出他是个好男人 / 2

女人的激励是男人最好的“可口可乐” / 5

把他跟别的男人比，但别说出口 / 8

做伯乐，发现他的闪光点 / 11

做良师，引导他走上成功之路 / 14

给他空间，是对男人最大的支持 / 17

对男人适时地装点儿糊涂 / 20

第二章 智谋——聪明的女人懂得用口才捧出好男人

女人爱听好话，男人也是 / 26

停止唠叨是得到男人喜欢的第一步 / 29

女人的好口才绝不比温柔的威力差 / 32

如何将“忠言”变得不“逆耳” / 36

用幽默悄悄俘获男人的心 / 39

夫妻间吵架也要讲究艺术 / 42

常对他说“你真棒” / 46

懂得倾听，给他诉苦的怀抱 / 49

第三章 投桃报李——夸赞是送给男人最好的礼物

即使一个草包，也愿意得到别人的赞美 / 54

讽刺和挖苦是男人最痛心的伤 / 58

对失意男人最好的良药便是鼓励 / 61

即使他进步一毫厘也别忘了及时夸奖 / 65

无中生有，夸赞他的好 / 68

不苛求完美是夸赞他的动因 / 71

夸赞男人的事业是男人最欣慰的事 / 74

第四章 无声胜有声——被需要是无声的夸赞，多给他表现自我的机会

多给他表现自我的机会 / 78

别一个人全部包揽了家务活 / 81

在全能型的女人面前，男人会变得卑怯 / 85

女人故意表现点“懦弱”也挺好 / 88

女人有眼泪就当着他的面尽情流 / 91

会吃醋的女人更得宠 / 94

第五章 小女人——男人的宠是女人最好的化妆品

女人味是男人宠出来的 / 100

宠是做女人心灵的港湾 / 103

社会的压力令女人更需要男人的宠 / 106

不要计较她的小毛病 / 110

宠她就要懂得怜香惜玉 / 114

宠她就多做一点家务 / 117

宠她就给她温柔的拥抱 / 121

第六章 心理战术——读懂她的心，才能俘获芳心

女人是任性的小妖精 / 126

生气时记得哄哄她 / 129

发脾气的女人最渴望男人的宠 / 132

宠她就送她一个小礼物 / 135

宠她就是时时给她安全感 / 138

宠她就给她点儿浪漫 / 142

宠她就要关心她，体贴她 / 145





第七章 以少胜多——聪明的男人懂得口才比口袋更能打动女人

女人大多爱听甜言蜜语 / 150

多夸赞她的美丽 / 154

多夸赞她的勤劳 / 157

多夸赞她的温柔 / 160

别忘了说点儿幽默的“小段子” / 163

和妻子沟通的“法宝”在于理解 / 166

女人都希望有个忠实的倾听者 / 169

第八章 女人要想获得男人的宠，就要有被宠的资本

善良是女人最美的品德 / 174

智慧的女人最抢手 / 177

温柔的女人哪个男人都稀罕 / 180

有内涵的女人让男人趋之若鹜 / 184

懂得知足的女人才幸福 / 187

乐观的女人最美丽 / 190

第九章 过犹不及——宠不是无原则的迁就和放任

宠不是百依百顺 / 196

宠要适度，过度的宠只能伤害彼此 / 199

女人的哪些恶习不能宠 / 202

她做错事，批评要有度 / 205

对爱情不忠的女人要勇敢放手 / 208

远离没有孝心的女人 / 211



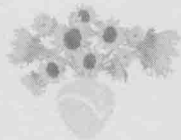
第一章

天性——男人都想做英雄，而不愿做狗熊

男人的心中都有一个英雄梦，神圣而无时不有。在历史上，东方人心目中的英雄拥有万人敬仰的威慑力与魄力，西方人心目中的英雄有着征服自然、征服人类的野心和力量；而如今在现实生活中，就是无论生活中的担子有多重，都要潇洒地直起腰板，对妻儿温柔，对父母敬重，对朋友义气。他们世故但不世俗，沧桑但不沉沦，激情但不做作，成功但不受名利禁锢。

有梦的人生才是完整的人生，有英雄梦的男人才是真正的男人！女人要尊重男人的梦想，并帮助他实现这个梦想。





男人爱面子，夸他才能显出他是好男人

“面子”——这个词被中国人异乎寻常地重视，它蕴含着中国文化心理的深层意象。说它是客观实体或情感代称似乎都不够妥帖，实际上它已成为支配着中国社会运行的“潜规则”。因此，人们向来很重视面子问题，如果你给了一个人面子，就是尊重了他的人格；扫了一个人的面子，就是侵犯了他的尊严。

稍加留意，你会发现“面子”已经渗透到我们生活中的方方面面。中国人向来讲究面子，衣食住行，为人处世，无论大事小事都能看出“面子”的影响。但是，有些人很注意自己的面子，却不注意尊重别人的面子，甚至为了维护自己的面子而伤害他人的面子。要知道，只有在你给足别人面子的同时，自己才能真正有面子；以伤害他人面子来维护自己的面子，是一种不受人欢迎的行为。

中国人爱面子，中国的男人更爱面子。他们骨子里都有英雄情结，尤其是在心爱的女人面前，他们更愿意表现得出类拔萃。面子是每个男人的无形资产，把事情做好了，把人做好了，就可以使这一无形资产增值，相反就会贬值。没有面子的男人，在家里没有地位，在朋友圈里混不下去，在单位里得不到重用，在生意场上没人和你交往。在现代充满竞争与压力的时代，面子很大程度上可以给人以信心和勇气。

“士可杀不可辱”

面子并非只属于成功人士，面子对普通人来说也很重要，许多人虽然经济条件有限，但也要维持自己的面子，有时还不得不打肿脸充胖子，咬

碎牙往肚里咽。男人们把面子看得如此重要，这是因为男人有男人的尊严，男人有男人的骨气，正所谓“士可杀不可辱”。

所以，作为妻子应该知道：别看男人外表坚强粗犷，可是他们的内心是柔软脆弱的。在他们的内心，非常需要自己女人的安慰、肯定和赞赏。可是有的女人意识不到这一点，只知道埋怨和挖苦，对自己男人的所作所为吹毛求疵，损害他们的面子，那么，这只会让他们心生反感，甚至自暴自弃，离你理想中的好男人也就越来越远。

某单位有两位已婚女士。倆的年纪大些，结婚已有10年了，但她和老公的感情却如恋爱时一般甜蜜。芳刚步入婚姻殿堂，新婚燕尔，两个人如胶似漆。在单位，她们两个都是大家羡慕的幸福女人。

可是，不到一年，芳就经常因为和老公吵架而愁眉苦脸。原来芳私下里和朋友在一起时，会抱怨老公的一些缺点和错误，他老公知道后，责怪芳让他颜面尽失，以后怎么有脸站在她的朋友面前。

而芳并不觉得事情有这么严重，两个人为此冷战一个星期。这时，倆笑着说：“男人啊，是要面子的。好老公是夸出来的。”原来，刚结婚时，倆的老公也有很多毛病，她也曾为了逼迫老公改变，通过争吵与他据理力争。可是老公不但没有一点改变，还责怪她为一点小事大吵大闹，搞得邻里皆知，弄得他很没面子。于是，她决定改变策略，不批评、多夸奖。尤其是在外人面前，夸老公懂得顾家，又为家里做了什么；夸老公才华横溢，写得一手好书法；夸老公工作能力强，又做出了什么业绩……这些夸奖，原来还有很多夸大的成分，可是夸着夸着，她老公真的变得无愧于那些赞美之词了。

男人都是爱面子的，他有点儿缺点或做了件错事，你就大肆宣扬，会让他感觉在家里家外都没有面子。所以，对于男人已有的优点，你要给予肯定和认可，对于他的付出，你要适时给予感激和表扬；对于他还没有做到的，不要抱怨，也许随着你的夸奖他慢慢就做到了。

聪明的女人会对自己的老公毫不吝啬地夸赞。他们会在老公把工资交到自己手里时，真诚地说：“老公真能干，多亏你支撑咱们这个家。”当他陪自己逛街散步时，会真诚地说声：“辛苦了。”在亲朋好友面前，多说他





的优点，夸奖他为家里做出的功劳。女人这样真诚的夸奖，给足了男人面子，他会努力使自己更优秀。

如何给男人面子

发自真心的夸奖和激励

在很多家庭里，不缺乏实实在在的爱和温暖，只是缺乏把“爱”和“赞美”说出来的念头和勇气。

夸赞老公，要能在平淡之中见深情，源源不断地向他传达你的欣赏和爱慕。丈夫就是世上离我们最近的那个男人，你和他共同体验生活中的酸甜苦辣，经历人生的生老病死，对方就是你的另一半。有这样的爱情基础，在你夸赞自己的爱人时，你的美好感情和对老公的爱敬之心自然会溢于言表，将甜言蜜语的功效发挥到最大值。

处处留心

至于他值得夸赞的具体之处，就需要我们在生活中处处留心。让他每一次漂亮的举动，都能及时得到妻子的肯定和夸奖，比如：“这事你想得这么周到，真佩服”，“要不是你，这件事情恐怕办不好”。这样真情实意的夸赞，更容易使你的老公获得感情上的满足。

如果你们的生活中近日没有特别的事发生，这时你不妨使用较笼统的称赞方式，如“嫁了你这样的男人，真是我的福气”，“有你在，我什么都不担心了”。

妻子发自真心的夸奖和激励，是男人所能听到的最美妙的言语，会使他们将自己身体内最大的潜能发挥出来，变成生活中的强者，对成功更加充满信心。

女人的激励是男人最好的“可口可乐”

你的老公是否安于现状，自得其乐懒得改变？你的老公是否小有成就就沾沾自喜，不再寻求更大的发展？面对这样的现象你是怎么做的呢？有些女人会反复唠叨抱怨男人不思进取，然后随手拿来几个榜样刺激他。这样做的本意是好的，但是方法不对，不但抹杀了他已有的成绩，也让他失去了前进的信心。

你见过海豚表演吗？当你惊叹于海豚聪明可爱的表演时，是否了解驯兽师的训练技巧？驯兽师训练海豚的时候，会让它拼命地从水中跃起，去撞击空中的球，撞到了，给条小鱼奖励一下，然后把球升得更高，就这样，海豚越跳越高……

驯兽师明白：要让这些庞然大物乖巧听话，奖励比鞭子更有效。如果没完没了地驱使，惹翻了海豚，它罢工不干你也没办法。

训练海豚如此，对待男人也是一样的。只有对男人不断激励和支持，他才能表现得越来越好，家庭才会越来越和美。

激励是激发和点燃一个人去做某件事的动力之举。有时，人就像一辆汽车，汽油用完了，要往油箱中加满油，车内的发动机才能继续不停地驱动汽车前进。一个人也只有不停地受到激励驱动，他才能永远前进，没有激励，人就很难动起来，更不可能鼓起冲劲，也就很难发挥潜能。

因此，世界第一成功导师安东尼·罗宾指出，要想成功，你必须学会调动别人内心深处的积极性，让他们发挥潜能，你必须“给他们的油箱加油”。聪明的女人，你是否也应该不断地往老公的油箱里加油呢？



激励不是讽刺和唠叨

结婚两年后，郜弘发现老公周围的人不是忙着做生意挣大钱，就是忙着升职评职称，而她的老公还在那家国企后勤部做着小职员，居然还干得心满意足，郜弘经常讽刺挖苦他，但丝毫激发不起他的斗志。

一次醉酒后，老公大倒苦水：“你少拿那些有成就的男人来讽刺我，说我这也不好那也不对，嫌我没本事，你倒是找有本事的去。我出去喝酒，看你再唠叨。”郜弘听老公这么说心里又气又急，但她努力让自己平静下来，细想自己平时的冷嘲热讽虽然是出自好心，但是却遭到老公误会，反而打击了他的自信心。看来自己要改变一下策略了。

此后，郜弘把原来的讽刺和唠叨变为激励。老公虽然没有精明的头脑，但有着很高的艺术修养，谈大学的时候，他就参加过省里的青年书法大赛，得了二等奖，近几年忙着工作，很少练习了。于是郜弘说她有个领导想要他写一副字画，老公本来就有书法爱好，一听兴趣就来了，但是很久没拿笔，得练习一段。于是郜弘陪着老公买了笔墨纸砚，一周后他就把作品交给了郜弘。在她的激励下，老公每天下班回家都跑到书房练书法，现在他的书法不但拿到了很多奖杯和奖金，而且已经有许多人付高价来买他的书法作品。

生活中，对男人的激励，要在尊重和理解的基础上，肯定和赞赏他已有的进步，激发他埋藏在内心的进取心，并和他一起奋斗，鼓舞他向更高更远处迈步。

可口可乐令人动力十足，神清气爽，而女人的激励是男人最好的“可口可乐”，它让男人像加满油的汽车一样继续前进；女人的激励是男人事业最好的“助推器”，让他取得更多的成就和荣誉，就会拥有更多信心和乐趣；女人的激励是给男人最好的奖励，让他的工作和事业不断前进，你们的生活也因此而更加充实和亮丽。

激励是一种生活的艺术

激励是一种生活的艺术，是一门需要不断付出智慧去领悟的哲学。女人在激励男人时要注意：

激励不是拿比他强的人来讽刺他

女人在激励男人时，要注意就事论事，多用赞赏和鼓励的方式。讽刺打击和抱怨数落只会让他感到自尊心受伤害，往往事与愿违。

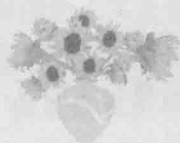
激励不是提出过高的要求

激励是为了让男人在现在的基础上，戒骄戒躁，不懈努力。努力的目标要切实可行，在能力范围之内，并以发挥男人才能和潜力为主要目的。有的妻子激励老公要挣多少多少钱，要买什么车等等，希望用老公的努力来满足她自己的物质享受。而如果你的要求高于他的能力范围，这样的要求就是不切实际的，只能让他觉得你是在讽刺他的无能。

激励不是抱怨和唠叨

激励不是袖手旁观地指责和唠叨，而是和他站在一起，明确目标，寻找方法，和他一起努力。





把他跟别的男人比，但别说出口

总说“你看人家”的晓菲

晓菲和老公都是普通的职员，每个月领固定的薪水，家里的生活状况虽算小康但也得计算着过日子。晓菲心底所希望的，却不是这样的生活。看着老公安于现状，每天按部就班地生活，她渐渐沉不住气了，心里充满了焦虑和不满。

“你看你的同学小李，人家现在都做经理了，今天聚会上他太太得意得很呢！”

“你看对门的张先生，自己当老板，那辆车就值几百万呢，你啥时候才能赚那么多钱啊？”

“你看你们单位的小刘，工作没你时间长呢，现在都是你的领导了。”

……

原先当晓菲说这些的时候，老公还能应付性地答应一下，但随着次数的增多，老公终于受不了了。

“你看人家……”当晓菲又一次说出口的时候，老公气急败坏地打断了她的话：“看人家、看人家，既然人家那么好，我这么没本事，你为什么不嫁给人家呢？”一向脾气温和的老公说出这么伤人的话，把晓菲弄得不知所措。

在晓菲看来，家里要供房贷、要孝敬父母、要为将来孩子的出生做准备，而老公却松松垮垮，她列举别人的例子，也只不过是激励激励他。但老公辛辛苦苦地在外工作，一时不见成效也很郁闷，现在老婆又拿他和别人比较，说出的话严重伤害了他的自尊心，当然把他激怒了。

在现实中，我们经常见到很多女人有这样的心理：希望自己的男人像日韩明星一样有一副英俊的面孔，像李嘉诚一样富可敌国。

别人的男人温柔浪漫，而自己的男人却单调乏味；别人的男人在商场上呼风唤雨，而自己的男人却一事无成；别人的男人体贴顾家，而自己的男人却只知跟狐朋狗友鬼混等等。婚姻中，许多女性都会随意或有意地拿自己的男人跟别的男人比。

据某网站调查发现，参加调查中 40% 的女性会不由自主地拿自己的男人和别的男人比较，只有 14% 的女性不爱跟别人比男人，而是注重提升自身的能力。

但是，女人们，不知你们是否意识到这样一个问题：你们拿男人跟别人做比较，无疑让男人伤心悲叹、自惭形秽。调查中，有 35% 的男性感到极度郁闷，总是被老婆、女友公然地嘲笑不如别的男人；超过 40% 的男性轻微郁闷，觉得自己的女人在心底瞧不起自己；只有 25% 的男性自信在自己的女人心里是优秀的。

虹的埋怨和攀比

虹的男友精明能干，在单位是个小领导，对她也是百依百顺。但虹却并不满足，三天两头跟对方哭闹个不休。看见谁买钢琴了，她也要买；谁出去旅游了，她也要出行一番。这些，男友能满足的都尽量满足。

在他们的恋爱纪念日时，男友带她去酒店庆祝。偏偏在酒店又遇上一对情侣给女友过生日，对方的男友给她送了一大束玫瑰，还送了昂贵的钻戒，吸引了酒店里许多人羡慕的目光，这也给了虹不小的打击。她愤然离开座位，边走边数落男友的不是，什么不够爱她，不重视她们的爱情等等。

男友终于受不了虹时不时地埋怨跟不断的攀比，愤然提出了分手。

一年后，男友和另一个女孩结婚了，两人在一起过得甜蜜无比。虹看到过那个女人，个头不高，也没自己漂亮。虹心有不甘，便约对方出来问原因。原来，男友现在对这个女人远没有以前对自己关心，但这个女人一直把他视为独一无二，从没有拿他跟别人做过什么比较。他送给她的每一件小礼物，他为她做的每一件小事，都让她欢喜雀跃。

现在，虹总算明白了男人最怕的是什么，那就是女人把他跟别的男人比较啊！但是后悔已经晚矣！

