

尝试着与各种异性交往

与母亲关系好的女生更受欢迎

不要“做过再后悔”，也不要“后悔没做过”

推荐去相亲的女生是“好女生”

共用一个钱包能够增进

彼此的感情

一直害怕分手

就会真的分手

尝试一周的

同居生活

身体接触的增加使两人的关系变为“既成事实”

共同观赏性爱DVD促进感情和性

选择相信自己直觉的男人

“我想结婚”的时候才是你的结婚适

青随时间变冷淡是正常的

男人更喜欢和“普通的”女生搭话

恋爱小心思， 幸福一辈子

(日)内藤谊人 著
金美 译

心思，
恋爱，
幸福——一辈子

(日)内藤谊人 著
金美 译

古吴轩出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

恋爱小心思, 幸福一辈子 / (日) 内藤谊人著; 金美译. — 苏州: 古吴轩出版社, 2012.10
ISBN 978-7-80733-911-3

I. ①恋… II. ①内… ②金… III. ①女性—恋爱心理学—通俗读物 IV. ①C913.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 214167 号

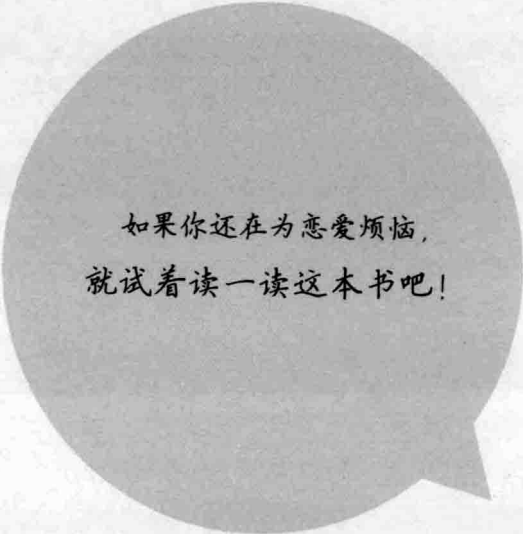
OTOKO NO MABATAKI WO KAZOERU ONNA WA KEKKON DEKIRU
written by Yoshihito Naito
Copyright © 2009 Yoshihito Naito
All rights reserved.
Original Japanese edition published by K.K. Bestsellers.
This Simplified Chinese language edition published by arrangement with
K.K. Bestsellers, Tokyo in care of Tuttle-Mori Agency, Inc., Tokyo
through Beijing GW Culture Communications, Co., Ltd., Beijing

责任编辑: 李宁军
见习编辑: 赵 妮
策 划: 和 美
封面设计: 荆棘设计

书 名: 恋爱小心思, 幸福一辈子
著 者: (日) 内藤谊人
译 者: 金 美
出版发行: 古吴轩出版社

地址: 苏州市十梓街458号 邮编: 215006
Http://www.guwuxuancbs.com E-mail: gwxcbs@126.com
电话: 0512-65233679 传真: 0512-65220750

经 销: 新华书店
印 刷: 北京蓝空印刷厂
开 本: 880×1230 1/32
印 张: 6.25
版 次: 2012年10月第1版 第1次印刷
书 号: ISBN 978-7-80733-911-3
著作权合同: 图字10-2012-315号
登 记 号:
定 价: 29.80元



如果你还在为恋爱烦恼，
就试着读一读这本书吧！



结婚其实一点也不难

在我们的生活中，事情往往是在尝试过后才惊讶地发现“原来事情竟是这么容易就可以解决”。类似的情况其实还有很多，比如“翻单杠”就是一个很好的例子。

刚开始，大家可能会想：“我真的能行吗？”当你成功地翻过一次，掌握技巧之后，便会觉得很容易。哪怕再让你翻多少次都没有问题。

结婚也是同样的道理。没结婚的人，总是怀着期待而又不安的心情，认为“像我这样的人也能够结婚吗”？他们觉得“婚姻”对自己来说，就像来自某个遥远国度的话题，遥不可及。其实“结婚”

婚姻

本身不是一件难以实现的事情。所谓“结婚”就是只要你想，便能够马上实现。我之所以讲得这么简单，恰恰是因为在现实生活中，几乎所有人都已经结婚了，或者即将要结婚。

“哎，你骗人吧，我周围明明就有很多因为没结婚而烦恼不已的人！”亲爱的朋友们，你们或许现在也有如此的想法吧？但我不得不告诉你们，我讲的可是事实。像类似“没能出嫁的女生满街都是”的思想其实是大家的一种错觉，更准确地说，是对整体状况分析的一种误解。

现在，我们将到50岁尚未结婚的人口比率定义为“终身未婚率”。根据日本国家社会保障人口问题研究发表的最新数据可以看出，在终身未婚率当中，男性占有15.96%，而女性占有7.25%。接下来，如果我们从终身未婚率的反面——“终身结婚率”即结婚人

数所占的比例来看，100名男性中年龄小于50岁的约有84人结婚，而100名女性当中有93人结婚。

通过这组数据大家应当注意到一个问题：这组统计数据的年龄限制仅仅是划分50岁之前的人，没有把六七十岁以后结婚的人包含其中。所以说，如果我们再把这些人计算进去的话，得出的结果会高于上面的结婚比例。也就是说，100名女性中结婚的人数将达到95人。这么看来，也就可以得出“几乎全部的女生都会结婚”的结论。

当然，如果大家想要嫁给自己理想的“好男人”就需另当别论了。因为这就如同升学是一样的道理。读一所高中、被大学录取很容易，但要上重点高中、进一流大学就不是件容易的事情了。现在，日本每年高中升学率约为97%。也就是说，几乎全部的初中生都有机会顺利升入高中就读。如此看来，升学考试似乎没有传

说中那般困难。那么，究竟是何种原因导致升学考试的竞争如此激烈呢？我想大家都能猜到，正是因为学子与家长对那些屈指可数的一流高校过于向往。所以说，如果学生们不是以那些名校为目标而拼命学习，升学考试的难度是非常容易的，自然也就不会存在什么竞争可言。

同样，结婚也是如此。结婚真正令人感到困难的原因并非无合适人选，而是在于大家总是习惯性地挑来挑去，设想与一位能够令所有女性爱慕的男士结婚，但这样的男士毕竟是少数。如果你不是这样，只是单纯地想把自己嫁出去，就容易很多。

我虽然没有办法劝说和帮助那些坚持“我一辈子都不结婚”、“我已经嫁给了工作，我根本就不需要男人”的女生。但假如亲爱的你，不是一位拥有这样“怪”想法的人，仅仅是一位普通女生，那

么请你抛开你的担心与顾虑，完全地相信我，坚持按照我提出的建议去做，相信你一定能够成功地把自己嫁出去！



第1章 → 自己创造“遇见”

- 请热恋中的朋友为自己介绍男朋友····· 03
- 自己主动出击····· 06
- 一定要参加朋友的婚礼····· 09
- 吸引他注意自己的技巧····· 12
- 目光相遇时“立即微笑”法则····· 15
- 计算男生眨眼次数的女生较容易嫁出去哦····· 18
- 积极地“先下手为强”····· 21
- 提出约会的时机····· 24
- 策划“纪念日”创造机会····· 27
- 请朋友宣扬自己的优点····· 29
- 与他约在凉爽的地点····· 32
- “心跳感”会提升你的魅力····· 33
- 通过上网聊天积累谈话经验····· 36



心理学专栏：

让有人气的朋友成为你的恋爱老师··· 39



第2章 男人喜爱的女性形象

- 成为表情丰富的女生..... 45
- 即使难以理解，也要去努力理解..... 48
- 停止与周围的姐妹做比较..... 51
- 真诚地展现出自己的亲切感..... 54
- 用你的笑容换来他的微笑..... 57
- 坚持练习最美的表情..... 59
- 扮演“居家型”女人..... 62
- 停止焦躁，以轻松自在的心态培育爱情..... 64
- 富有“女人味”的打扮..... 66
- 对自己的优点充满自信..... 68
- 给自己打一百分..... 70
- 不要讨厌害羞的性格..... 73



心理学专栏：

尝试着与各种异性交往..... 76



第3章 改革你的婚姻意识

- “我想结婚”的时候才是你的结婚适龄期 81
- 改善与父母的关系 84
- 与母亲关系好的女性更受欢迎 87
- 不要总想着“或许还会有其他好男人” 90
- “完美的你”会带给对方压力哦 93
- 一定要举行结婚典礼 96
- 相信你的他是“最好的” 99
- 他意识不到你做的努力 101
- 男人更喜欢和“普通的”女生搭话 103
- 宁可因“做过而后悔”，也不要“后悔没做过” 105



心理学专栏：

如何不动声色地了解他的收入 108



第4章▶ 增进两人感情的心理技巧

- 送给他一份能够时刻想起你的礼物…………… 113
- 共用一个钱包能够增进两个人的感情…………… 115
- 成为能够让男人向你吐苦水的“女神” …… 117
- 两人一组的活动可以拉近彼此的距离 …… 119
- 停止对他的猜疑…………… 121
- 感情随时间变冷淡是正常的…………… 123



心理学专栏：

观察对方的表情，说出他最想听的话 126



第5章 二人“感情危机”的对策

- 责备他之前试着让自己“迟钝”一下…………… 131
- 严禁焦躁不安…………… 133
- 拥有两个人共同的朋友…………… 135
- 不妨换个角度，换个心情…………… 137
- 一直害怕分手，就会真的分手…………… 139
- 消解困惑的方法…………… 141
- 选择相信自己直觉的男人…………… 143
- “冷场”时的对策…………… 146
- 即使心情低落也不必过分在意…………… 148



心理学专栏：

尝试一周的同居生活…………… 151



第6章 → 婚前应当掌握的技巧

- 树立“假想敌”引发他的嫉妒..... 155
- 提高难度激发他的热情..... 158
- 尝试与旅行时结识的男性发展“远距离恋爱” 161
- 试着亲近他来提升两个人的亲密度..... 163
- 找个理由邀请他来自己家里..... 165
- 身体接触的增加使两个人的关系
变为“既成事实”..... 167
- 共同观赏性爱DVD..... 169
- 让迟迟没有求婚的他下决心..... 171
- 和谐的性生活使两人言归于好..... 174
- 吹“枕边风”对他灌输结婚意识..... 176



心理学专栏:

被推荐去相亲的女生是“好女生”... 178

第 1 章

自己创造“遇见”



章 | 策

“贝斯” 吉他的自

