

20

苏芩
■
著

20岁定好位 30岁有地位

20suidinghaowei 30suiyoudiwei

定位改变女人一生



30

湖南文艺出版社

HUNAN LITERATURE AND ART PUBLISHING HOUSE



20

苏芩
■
著

20岁定好位
30岁有地位

30

湖南文艺出版社

HUNAN LITERATURE AND ART PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

20岁定好位, 30岁有地位/苏苓著. —长沙: 湖南文艺出版社, 2010.10

ISBN 978-7-5404-4657-4

I. ①2… II. ①苏… III. ①女性—成功心理学—通俗读物 IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第196768号

上架建议: 畅销书·女性励志

20岁定好位, 30岁有地位

作 者: 苏 苓

出 版 人: 刘清华

责任编辑: 唐 明 张 璐

特约编辑: 张应娜 耿金丽

营销支持: 尚 蕾 布 狄

版式设计: 付 莉

封面设计: 熊 琼

出版发行: 湖南文艺出版社

(长沙市雨花区东二环一段508号 邮编: 410014)

网 址: www.hnwy.net

印 刷: 北京鹏润伟业印刷有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 880×1230 1/32

字 数: 200千字

印 张: 9

版 次: 2010年11月第1版

印 次: 2010年11月第3次印刷

书 号: ISBN 978-7-5404-4657-4

定 价: 26.00元

(若有质量问题, 请直接与本社出版科联系调换)

第 1 章

第 46 条神秘染色体——男女之不同

- 一个字说透情场事 / 015
- 男女间的恋爱“骗规则” / 016
- 男人天生是女人的威胁 / 018
- 两性间，同一句话背后的不同目的 / 019
- “追求”背后有真相 / 021
- 不专心未必是他不专情 / 022
- 一个动作看透女人心底的不甘寂寞 / 024
- 为何他看不懂你的脸 / 025
- 男人女人分别需要怎样的沟通 / 027
- 吵架过后，最好的善后 / 028
- 心情不好时，他和她分别渴望什么？ / 030
- “爱的质感” = “女人的肉感”？ / 031
- 男人女人心底最真实的“初夜原因” / 033
- 了解了男人 ≠ 了解了世界 / 034
- 最令女人胆寒的恋爱风险 / 036

第 2 章

用性别优势去成功——女人，就是天生的优势

- 为何女人更容易给人留有好印象？ / 042

- 共情和共鸣，女人赢得人心的法宝 / 044
- 女人是最佳说服者 / 046
- 女人的直觉决定女人的成功机会 / 047
- 女人为何比男人更擅长社交？ / 049
- 发掘女人天生的“领导优势” / 051
- 聪明的女人，会用微笑让世界低头 / 053
- 压力为何总是绕行“女人” / 055
- 为何男人爱对女人讲“秘密”？ / 057
- 女人特殊的听觉习惯 / 058
- 男人间的应酬，为何永远离不开女人？ / 060
- 巧妙发酵女人最受欢迎的“人情味” / 062
- “情绪察觉能力”导致男女间误会重重 / 063
- 女人，如何用好你与生俱来的优势？ / 065

第 3 章

了解女人独有的风情——独特的女人性

- 你知道自己是哪种类型女人吗 / 072
- 什么阶段的女人才真正需要友情？ / 073
- 女人的挑战是打破僵局的妙计吗？ / 075
- 不折磨，不厮爱 / 077
- 想要成功，女人必须克服“矛盾型依恋” / 078
- 白日梦是女人的特殊保养品 / 080
- 女人的社交野心为何蓬勃 / 081
- 男女间对“共同语言”的不同理解 / 083
- 可塑性是女人最奇特的才智 / 085
- 女人安全感的终极源头 / 086
- 神秘的记忆，造就无情的负心汉 / 087
- 如何尽快摆脱失恋的痛苦？ / 089

做家庭主角，女人得有好技巧 / 091
爱逛街的女人做事更容易成功 / 092
因为幸福，所以变笨 / 094

第 4 章

两性多战事——那些有趣的男人女人们

“缘分”是谁的麻药 / 100
有一种爱，只是人生的过场戏 / 101
男女间高智商的“装傻游戏” / 103
男人从不在家里看女人 / 104
你的嚣张，他的反抗 / 105
女人的孩子性 / 108
每个男人都爱说那句假话 / 109
最无能的男人才最自信 / 110
“分手”如何讲出口 / 112
“失恋愈合”法则 / 113
如何抵御“前任的爱情”再度来袭 / 115
故作放浪的男人嫁不得 / 117
他为什么总会偷偷地看你 / 119
有多少人在患“爱情瘾症” / 121
男人的眼睛是女人最爱的镜子 / 122
女人嫁不起，男人娶不起 / 123
有钱男人的恋爱恐慌症 / 125
如何花他的钱 / 127

第 5 章

聪明女人有技巧——男人天生被“她们”所吸引

一刹那的惊艳，一辈子的遗憾 / 134

爱情中，女人如何全身而退？ / 135

获得他的好感靠什么？ / 137

轻易不要让男人去吃醋 / 138

男人比女人更易一见钟情 / 139

单恋后，该如何解脱内心？ / 141

什么样的恋爱最让女人贬值？ / 142

痛说情史使不得 / 144

如何巧妙化解对方的嫉妒心 / 145

那条爱情底线你别碰 / 147

如何对付他的坏脾气 / 148

好女别嫁出轨男 / 150

如何看住抢来的爱 / 151

不是所有幸福都能熬出来 / 153

拒绝的诀窍 / 154

如何在他心里装满你的影子 / 156

为何好条件的女人易被甩？ / 157

男人的话该信多少？ / 159

第 6 章

女人关系学——情商是悟出来的

不能不说的秘密 / 166

如何判断“潜力男”？ / 167

如何让“贵人”来敲你的门？ / 168

初恋时的“钱关系” / 170

婚姻，求互补还是求相似？ / 171

- 爱，先要接受被占有 / 173
- 该不该有“异性友情” / 174
- “对你好”不如“为你好” / 175
- 看透对方最真实的那一面 / 177
- “死党”有秘诀 / 178
- 视线的高低决定地位的高低 / 180
- 一流的说客善于说“NO”！ / 181
- 做个能控制局面的闺蜜 / 183
- 稳定婚姻关系靠什么 / 185
- 有本事的女人都有位“另类老师” / 186
- 一念间的幸福决定一辈子的造化 / 187

第 7 章

女人也有劣势——避开你最不擅长的雷区

- 一个选择，为何难坏女人？ / 194
- 她为何总被“细节”打败？ / 195
- 女人都愿意容忍的那种出轨男 / 197
- “察情训练”是人生必修课 / 198
- 女人天生会悲观 / 200
- 男人爱撒谎 女人会撒谎 / 201
- 文化压力让女人天天嫌自己“胖” / 203
- “自闭”的女人最自负 / 204
- 好女孩永远没有坏女孩那么快乐 / 206
- 短信暴露的女人真相 / 207
- 女人的宽容总爱用错地方 / 209
- 解析女人的受虐倾向 / 211
- 漂亮女孩的遇人不淑 / 213
- 女人为何都排斥独立思考 / 214

“低自尊”是女人问题的源头 / 216

第 8 章

女人读心术——人心原本是透明的

爱情的质量决定女人皮肤的质量 / 222

你的腰间，写着哪种爱的讯号？ / 223

写出来的爱不踏实 / 225

好记性不是女人的好运气 / 227

化妆术看透女人个性 / 228

为何打死也不承认“你爱他”？ / 230

女追男，如何能把胜局拉到最后？ / 231

女人为何更爱说“拒绝”？ / 233

撒谎时，你有什么小动作？ / 235

拒婚理由看穿男人心 / 237

听男人说说他为什么不愿娶你 / 238

领证后，他在悄悄改变…… / 240

淑女为何迟迟嫁不掉？ / 242

第 9 章

力量的唤醒——唤起女人内心的潜能

掌握最积极的心理暗示 / 251

怎样唤醒你的“爱觉” / 252

如何让他对你一见钟情？ / 254

想管住男人的心，也得管住他的眼 / 256

爱他，先把他想得好一点 / 257

“分裂”你的性格才能成大事 / 259

没时间的女人才有身价 / 261

女人的“胸”态度 / 262
漂亮，是女人的难题 / 264
钱是如何提升男人魅力的 / 265
如何唤起男人对你的好 / 267
学会合理情绪管理术 / 268
情场胜女如何表达暗恋 / 270
最适合你的结婚年龄 / 271
那些只有女人才懂的事 / 274

苏芩语录 | 276

有人说：男人是直线动物，女人是曲线动物。一条直线和一条曲线，永远永远，并拢不到一起……

就像我和他，总在冲突之中写着分歧：

我想知道关于他的一切。

他却认为一个很了解了一切的恋人，已然再无可爱下去的价值。

我常常喊“累”，因为做事太多而身累。

我也常常喊“累”，因为无事可做而心累。

不快乐时，我希望有他陪在身边。

不快乐时，他希望我离他稍远点。

……

我相信，他是爱我的。

可男人女人，同一段爱，为何差别却总那么大？

苏岑，你曾说，“爱的重量，不代表爱的质量。”

可男女间，如此不等重的爱，真的可以给出等质的优爱吗？

——安妮

安妮，你知道吗？

女人的爱，希望一天二十四小时，希望一周七天，希望一年三百六十五天。

男人的爱，却希望只八小时之外，只周末两天，只一年内的七天年假。

男人，不是不爱。但男人，永远永远，难像女人期望中的那样去爱。

男人女人身上，有一条不寻常的染色体。

它，决定了男女间，最不同的路径……

——苏岑

chapter 1

... 第1章

第46条神秘染色体——男女之不同

男人说话常爱用“反对的句式”开头。那些过于温和顺遂的男人，女人觉得乏味。那些说话愣头愣脑的男人，反而被女人视为有个性有男子气。

女人说话常爱用“肯定的句式”开头。那些说话爱挑三拣四的女人，男人会觉得那不是自己想象中的女人。

女人最爱的玩具是珠宝首饰等一切值钱的东西。

男人最爱的玩具是“女人”这个费钱的东西。

其实男人都爱独自赴宴，因为有机会认识新女人。

但女人并不爱独自赴宴，因为这代表她还被剩着。

不遇到特别来电的女人，男人懒得装绅士。

即便遇到不特别顺眼的男人，女人也希望他能像个绅士。

女人会与男人周围的一切女人争夺爱。包括他的母亲。

男人从没想过“她更爱我还是更爱她爸爸”的问题。

男人最喜欢的言情剧女主角是：美貌的、欲望勃发的。

女人最喜欢的言情剧男主角是：温柔的、爱情大于性欲的。

男人容易因为做事太多而累。

女人更容易因为无事可做而累。

男人的梦想是事业，女人的事业是梦想。

所以，男人跟女人看似很像，实则天壤之别。

……

人类共有 46 条染色体，其中的 45 条与性别无关。

所以，不论男人女人，在基本的身体特征的生长发育上是没有

太大差异的，都随着年龄的增长而按部就班地成长。同时，男人女人在基本的情绪情感方面也无太大差异，会因烦恼而悲伤，会因快乐而喜悦，会追求成就感，会渴望幸福感——男人女人，在基本的构造方面是极其相似的。

当然，除了这第46条染色体。它所决定的，是男人女人所不同之处。

比如：

女性的脂肪含量比男性多70%，肌肉含量少40%。

女性比男性平均矮5英寸。

女性比男性进入青春期的时间早2年左右。

男性的死亡时间比女性早5年左右。

男性的自杀率是女性的3倍。

男性会因为糖分而发胖。

女性会因为脂肪而发胖。

男性比女性更容易患上自闭症。

女性表达快乐情绪的能力更出众。

男性表达愤怒情绪的能力更突出。

犯罪的单身男性比已婚男性多，而犯罪的单身女性则比已婚女性少。

约有25%的男性，在第一次约会时就爱上对方。但女性到了第四次约会，才有15%爱上对方。

人到老年，因为激素的变化，女人会变得固执专断，男人相反

会变得平和宽容。

女性比男性更愿意表露自己的弱点。在此问题上，“女性表达自己，男性压制自己”。

女性更容易成为情感性领导者，男性更容易成为工作性领导者。

男性喜欢肩并肩活动，女性喜欢面对面沟通。

男性更强调独立，女性更注重联系。

……

有心理学家说：男人女人并不是完全相反的两性，他们更像是一个人的两只手，相似却并不相同。当然，只有左右手互动起来、协作起来，才能完成更复杂的任务。

就像这世上的男人女人，彼此间，总在寻找能与自己合拍的那只左右手……

一段不痛不痒的情，没人珍惜。

一段又疼又痒的爱，没人肯放弃。

情，会让你“痒”，但最终还是会让你“疼”。

一个字说透情场事

不少媒体采访时会问道：“如果用一个字来形容男女间的感情，您认为那会是什么字？”

思索再三，我还是会答：“痒。”

……

痒，是男女间最特殊的感觉。

它不同于疼，不会让你撕心裂肺。但它更胜于疼。为了止痒，人不惜把自己抓挠到疼痛。

每个人都有过这样的感受：如果一只手疼，一只手痒，无一例外的，人一定会先选择去挠痒，而后才会想到去止疼。可见，痒比疼的痛苦；更迫切。

男女间的很多情事，就如同这“痒”。

怦然第一眼心动，是痒。

辗转无眠的惦念，是痒。

求之不得的欲望，是痒。

日久生腻的无聊，是痒。

……

一对男女，不光七年才痒。从第一眼起，就是“痒”的开始。

众生如此。

得不到，是没着没落，心痒痒。

得到了，是忽而寂寞，身痒痒。

所以才有那么多人，总在不断地在“得到”与“丢掉”之间做惯性运动，因为，他痒。

止痒，最终极的办法，永远是让自己感受到疼。

痒，是一种欲望。

疼，是一种教训。

常常，那些痒处，最后会被我们抓得见到鲜红的血，疼过之后，人会大喊“痛哉快哉”！

可见，欲望，不见得是快乐。为了干掉欲望，你不得不接受伤害。

看多了那些或疼或痒的事，最后明白了：人身上的伤疤，并不是每一处都是因为“疼”而留下的，更有那许多，是因为“痒”。

是啊。欲望，总要付出点疼痛的代价。

他是不是骗子，这不重要。重要的是，他愿意骗你多久。

女人都恨只肯骗她青春的男人。

女人最爱愿意骗她一生的男人。

男女间的恋爱“骗规则”

感情的世界里有这样一条铁的定律：

爱情，让男人变得多谎。而多谎，让男人诱感到女人的心。

有爱情的地方，一定有谎言。不信，看看男人的心。