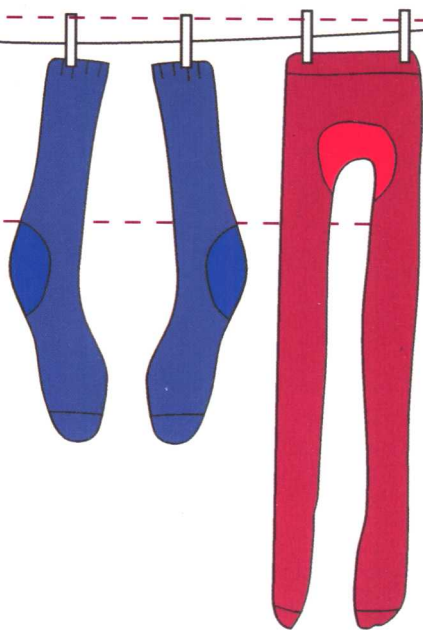


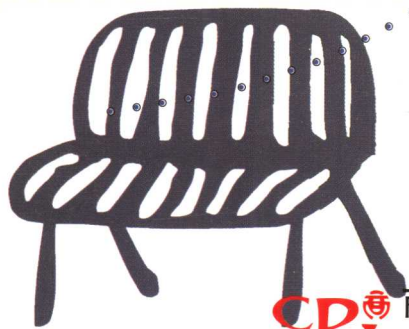
METROPOLITAN WHITE-COLLAR

都市白领



情感

家庭



CPI 商务印书馆
国际有限公司

情感·家庭

邱胜 卫红 主编

商 务 印 书 馆
国 际 有 限 公 司
中 国 · 北 京

都市白领

METROPOLITAN WHITE-COLLAR

图书在版编目 (CIP) 数据

情感·家庭/邱胜, 卫红主编. —北京: 商务印书馆
国际有限公司, 2004.8
(都市白领)

ISBN 7-80103-384-1

I. 情... II. ①邱...②卫... III. ①情感-通俗读
物②家庭-通俗读物 IV. ①B842.6-49②C913.11-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 080164 号

DUSHI BAILING QINGGAN JIATING

都市白领

——情感·家庭

商务印书馆国际有限公司出版发行

(北京市东城区史家胡同甲24号 邮编: 100010)
电子信箱: qjnter@public3.bea.net.cn

出 版 人: 程孟辉

责任编辑: 弓贝宁 孙亚娟

封面设计: 北盛时代

全国新华书店经销

发行热线: (010) 65598498 电话、传真: 65234023

编辑部电话: (010) 65277381 传真: 85113673

北京松源印刷有限公司印刷

字数: 208 千字

开本: 850 × 1168mm 1/32 10.25 印张

2004 年 9 月北京第 1 版 2004 年 9 月第 1 次印刷

印数: 1—5000 册

全套定价: 80.00 元 本册定价: 20.00 元

如有印刷质量问题, 影响阅读, 请与我公司联系调换

都市白领 — 情感 · 家庭

总 监 制	程孟辉		
主 编	邱 胜	卫 红	
编写人员	赵冀远	何京生	何金玲
	苏培芬	闫卫民	冯玉琴
	田文会	李彦军	
责任编辑	弓贝宁	孙亚娟	

引 言

他们是都市中令人羡慕的群体。从某种意义上说，他们是这个都市的“形象代言人”。他们怀抱文件夹，匆匆穿梭于高档写字楼里；他们风度翩翩，富有学识，谈吐得体；他们精明干练，操着与母语一样流利的外语与各种肤色的人打交道……人们习惯地称他们为白领，而普通人对于他们的了解也仅限于此。可能只有白领自己清楚，在光环的背后，处于激烈竞争和工作重负之下的他们，也许该是更需要呵护与帮助的一群。本丛书正是为此而编写。

本丛书由《事业·成功篇》、《健康·保健篇》、《情感·家庭篇》《生活·时尚篇》四个分册组成，为已经或即将成为白领的人士精心打造。四本书内容各有侧重，旨在为白领人士的工作、健康、情感、生活等各个方面提供最实用的指南和帮助。

《事业·成功篇》从面试讲起，助你由一个刚步出校门的学生一步步成长为精英人士，诸多宝贵的经验之谈令你少走很多弯路；《健康·保健篇》像你的私人保健医生，针对你的工作特点、生活状况帮你选择合理膳食，指导健身，使你“吃”出健康，“练”出美丽；工作上耗尽精力的你更需要感情的滋润，你是否觉得渐渐无法与相爱的人默契相处？你是否觉得感情给你带来的甜蜜越来越少而你们之间的误解越来越多？《情感·家庭篇》宛如一位情感问题专家，为身处困惑的你指点迷津，让你享受事业成功与家庭温暖带来

的双重幸福;《生活·时尚篇》是你的专业形象设计师,她会成就一个光彩照人而又个性十足的你!

无论你是白领一族,还是满心期待踏入白领阶层的准白领,本丛书都会满足你内心对高品质生活的追求,促成你事业的最高成就,成就你青春永驻的美好心愿,同时,为你寻到专属于你自己的完美情感世界。

真诚希望本丛书成为你生活中不可或缺的贴心知己。

编者

2004年7月

★ 目 录 ★



第一章 恋爱塑身

第一节 都市白领恋爱必修课	(1)
1. 你有吸引力吗?	(1)
2. 现代男女的择偶标准	(5)
3. 恋爱中男女情感差异比较	(6)
4. 恋爱必备的条件	(10)
5. “男女有别”	(11)
6. 网站男女的花样年华	(13)
7. 都市男女的 33 声叹息	(15)
8. 男女情感大写真	(20)
9. “三不主义”的爱情宣言	(21)
10. 最易导致单身的十种职业	(23)
第二节 女性如何展现自己的魅力	(27)
1. 美丽的文化标准	(27)
2. 十种有魅力的女人	(29)

3. 女人要熟读“九阴真经”	(31)
4. 星座追求守则	(33)
5. 好女孩的“三心二意”	(36)
6. 什么是现代好女人	(37)
7. 女人的力量到底有多大	(38)
8. 单身女性的八条戒律	(42)
第三节 如何彰显男人魅力	(44)
1. 女人心目中的“标准男人”	(44)
2. 什么样的男人最性感	(45)
3. 如何做个性感男人	(47)
4. 古典男人与现代男人	(49)
5. 好男人是一本书	(51)
6. 男人为什么不浪漫	(59)
7. 破译 60 个“女人的谜团”	(64)
8. 女人最不喜欢男人	(70)
第四节 心理测试	(72)
1. 你经得起心碎的折磨吗	(72)
2. 与爱情有关的十个梦	(75)
3. 个性成熟的心理测试	(76)



第二章 情场博弈

第一节 情场致胜方略	(79)
1. 泛爱主义	(79)
2. 写情书的诀窍	(80)
3. 如何靠 kiss 来传递万般情意	(81)
4. 看睡姿选最佳恋人	(85)
5. 办公室恋爱的协议	(90)
6. 办公室恋情十诫	(92)
7. 如何摆脱办公室恋情	(98)
8. 婚前、婚后男女的变化	(99)
9. 单身女子的 52 条守则	(101)
第二节 透视男人的方略	(107)
1. 透过表象看十种“好男人”	(107)
2. 以吻论人品	(109)
3. 他是花心男人吗	(111)
4. “俘虏”男友的最佳办法	(114)
5. 女人也好色吗	(116)
6. 几种嫁不得的“好”男人	(120)
7. 如何识破男人的谎言	(121)
8. “新坏男人”的十大谎言	(123)
9. 为何好男人也说谎	(127)
10. 如何读懂男人	(128)
11. “特男人”的男人, 伤女人最深	(130)
12. 和有钱男友交往的八个误区	(132)
13. 文胸的魅力	(135)
14. 男人最怕听到的话	(136)

15. 男人的用处	(138)
16. 男人的另一面	(140)
17. 男人喜欢追求有神秘感的女人	(144)
18. 男人让女人失去自我	(145)
第三节 解开女人的谜团	(149)
1. 星座与情人节	(149)
2. 打击女朋友购买欲的方法	(152)
3. 女人的类型及特点	(154)
4. 男人必读的二十四式	(156)
5. 如何判断女人是否说真话	(160)
6. 女人理想中的男人	(161)
7. 女孩喜欢“坏”男孩	(164)
8. 男人对女性的五大误解	(168)
9. 男人应该“坏”一点	(171)
10. 如何夸女人	(173)
11. 娶美女的心理障碍	(175)
12. 事业男人尤需温柔	(178)
13. 男人说:有了你,我很麻烦	(180)
第四节 心理测试	(182)
1. 小测验:你的求爱手法高明吗	(182)
2. 你的爱情还在吗	(184)
3. 你们之间真有爱吗	(185)



第三章 “性”福生活

第一节 你懂“性”福吗	(189)
1. 女性性欲的强弱与什么因素有关	(189)
2. 读懂男人的性爱品位	(190)
3. 男人并非只是想做“那件事”	(193)
4. 女性性欲之谜	(195)
5. 高潮之谜	(197)
6. 女性性高潮的几种类型	(199)
7. 如果你的“性”趣遭到拒绝	(202)
8. 你性感吗	(203)
9. 当女人三十时	(207)
10. 做好紧急避孕	(209)
11. 女性如何选择最佳避孕方式	(210)
第二节 要把握“性”福的节奏	(213)
1. 辨清女人的性信号	(213)
2. 男人该怎样给女人脱衣	(214)
3. 男人的兴奋点在哪里	(216)
4. 浅析男性高潮	(217)
5. 女人神秘的身体	(219)
6. 性敏感区可以开发	(220)
7. 要想更“性”福,避开香烟雾	(223)

8. 食物中的“天然伟哥”	(225)
9. 强化性生活的最佳食品	(227)
10. 几种补肾壮阳食品	(229)
第三节 “性”福生活与健康	(232)
1. 你们的性需求一致吗	(232)
2. 要高潮,不要强暴	(233)
3. 什么时间过性生活好	(236)
4. 做爱前洗浴好吗	(238)
5. 怎样把爱做得更久	(240)
6. 别让性爱变成负担	(241)
7. 体外排精五害	(243)
8. 性不满足对女性的危害	(244)
9. 重复做爱危害多	(245)



第四章 延续生命

第一节 怎样“创造”出“好”孩子	(249)
1. 什么年龄的父母生的孩子最聪明	(249)
2. 性生活频率与优生的关系	(253)
3. 创造受孕佳境	(254)
第二节 揭开生育千古之谜	(257)
1. 生男生女的奥秘	(257)

2. 生孩子要看时辰吗 (258)
3. 孩子可以“定做”吗 (259)
4. 不宜受孕的九种情况 (261)



第五章 诠释幸福婚姻

第一节 幸福女性智慧多 (265)

1. 善解人意的女人更可爱 (265)
2. 男人喜欢懒点儿的女人 (266)
3. “护夫”守则 (268)
4. 男人的“危险期” (270)
5. 这样做他更爱你 (272)

第二节 男人是幸福的主角 (275)

1. 什么样的男人怕老婆 (275)
2. 与妻子谈话的十个技巧 (276)
3. 身为丈夫,您了解妻子的需求吗 (277)
4. 新好男人守则 (279)
5. “女人味”是男人呵护出来的 (281)
6. 女人喜欢男人的“骗” (282)

第三节 共创幸福家庭 (285)

1. 压力会破坏夫妻关系 (285)

2. 有关婚姻的一些残酷数字	(287)
3. 夫妻相处,坏心情时也要有好言语	(288)
4. 婚姻中的情趣	(290)
5. 幸福夫妻八大特征	(291)

第四节 心理测试

1. 血型与婚姻的关系	(295)
2. 婚姻质量心理测试	(297)
3. 测测你现在幸福吗	(300)

中外爱情诗歌精选

相思 [唐]王维	(26)
离思 [唐]元稹	(43)
竹枝词 [唐]刘禹锡	(71)
长相思 [唐]白居易	(77)
无题 [唐]李商隐	(106)
生查子 [宋]欧阳修	(148)
蝶恋花 [宋]柳永	(181)
鹊桥仙 [宋]秦观	(187)
我的爱侣胜似任何天仙美女 [英]莎士比亚	(211)
野玫瑰 [德]歌德	(231)
素帕(桐城时兴歌) [明]无名氏	(247)
给—— [英]雪莱	(256)
小夜曲 [法]雨果	(262)
卜算子 [宋]李之仪	(274)
我愿是一条急流 [匈]裴多菲	(283)
给燕妮 [德]马克思	(293)

当你老了 [爱尔兰]叶芝	(302)
--------------------	-------

附录

一、花之语	(304)
二、诞生石与生日花	(307)
三、婚姻称号及礼物	(308)

第一节 都市白领恋爱必修课

1. 你有吸引力吗？

具有姣好容貌者，在与异性的交往上是否果真无往不利呢？在一项实验中，实验者利用舞会，将所有参加舞会的人，在接待处配成两人一对，主办单位向参加舞会的男女宣称，他们经由计算机分析双方的个性和兴趣之后，为他们选配出性情相投、天造地设的最佳拍档。但是事实上实验者是根据参加者的美貌程度，分成美女俊男、姿色平庸以及丑男丑女三个等级，然后将他们随意地配对。经过一夜狂欢，舞会结束后，主办单位发下问卷，询问他们是否有意和舞伴进一步约会，结果回答愿意的人皆是舞伴属于貌美型的，至于内在的性情、智能、才能、社交能力等因素，均无法左右是否要约会的决定。

内涵比外貌更具吸引力。美人既有先天的优越条件，社会上为何仍然有许多美丽佳人云英未嫁？原因在于人们对于喜欢自己的人，也容易有相对的好感。因此人们在选择对象时，大都倾向于选择“和自己差不多的人”，此即“自我选配”的原理。另外，美丽的人会让人猜测，以其迷人姿色可能早已有人追求，或担心自己配不上而却步。另外，美丽虽深具关键性因素，人世间却有不少“美丽却不迷人”的女性，初次见面固然令人惊艳，但如无实质内涵，经过一段时日的交往仍会显得无趣。有些女性并非很美，但却非常吸引男性，诸如谈吐优雅、举止端庄、敏锐的观察力、人际关系圆融、温柔、体贴、富有责任心等特质，这些魅力无关容貌。这些因素导致美人不一定在情场上占上风。

外在吸引力在恋爱初期确实独具优势,但对于结婚以后生活满意度所产生的影响力会逐渐消失。在一项调查中发现,较具有吸引力的人,确实较可能结婚。但是,和较无吸引力的人比较起来,他们的婚姻生活和对人生的满意程度,其实和一般人差不多。我们否认外在美在社会中确实较受重视,而且可以得到较多优势,但并不保证他们的生活或人际关系就一定比较愉快。因此,增进个人实质内涵才是长久之策,不仅在婚前能显现出魅力,在结婚之后也较容易提高婚姻品质,增加婚姻的稳定性。

你有吸引力吗?

如果生命中缺乏爱情的滋润,必然会变得十分沉闷,人人生来都有一种与众不同的魅力,吸引与自己同类型的人。究竟你能够吸引什么样性格的异性? 以下是一个有趣的心理测验,通过测验你可以找到一定的答案。

(1)习惯上,你希望意中人如何对待你。

- a. 替你找的士。
- b. 争着付款。
- c. 时常陪伴着你。
- d. 经常同你外出。
- e. 各自付款,谁也不欠谁。

(2)你觉得异性是:

- a. 过于浪漫的人。
- b. 很容易受感动。
- c. 颇有理性的人。
- d. 人只有在床上才显得热情。
- e. 大部分时间都很热情。