



两性生活书系 女人卷

走向女人心理深处

送你一个真女人

烨子◎编著



贵州人民出版社

走向女人心理深处

「送你一个真女人」

桦子◎编著



贵州人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

送你一个真女人：走向女人心理深处/婛子编著. —贵阳：

贵州人民出版社，2004.1

ISBN7-221-06465-2

I. 送… II. 刘… III. 妇女心理学-通俗读物 IV. B844.5-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 121032 号

送你一个真女人：走向女人心理深处 婛子/编著

选题策划：陈继光

责任编辑：陈继光

装帧设计：蒋宏工作室

出版发行：贵州人民出版社

印 刷：贵州宝莲印务有限公司

开 本：787mm×1092mm 1/16 开

字 数：250 千字

印 张：19

印 数：1-6000

版 次：2004 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

书 号：ISBN7-221-06465-2/B·171

定 价：24.00 元

序 言

为什么女人乐于打探他人的隐私？
为什么女人乐于监控女人？
为什么女人爱撒娇也爱说谎？
为什么女人天性渴望得不到的东西？
为什么女人喜欢装傻？
为什么女人常常表现出虚假的谦逊？
为什么女人的友谊多变？

……

面对女人，男人们常常是满脸疑惑。
常听人说：“女人太假，女人不可信任！”
还听人说：“女人让人捉摸不透，女人变幻莫测。”
一个“真”女人，到底又真在何处？

女人喜欢追求外在的美，喜欢打扮自己，这已经成为了公开的秘密。可又有谁知道女人爱打扮是因为心里深处的虚荣心理。女人热衷于打探他人的隐私、乐于监控女人；女人爱撒娇也爱撒谎；女人喜欢装傻，女人总是能把自己“装裱”得像小姑娘一般；女人总是表现得很“谦虚”……总说起来，就是女人太假！

其实，女人比男人要真，为什么这样说呢？因为女人渴求真，所以才有“假”。女人爱慕虚荣，往往是她追求更加真实的美丽和自我满足感；女人装傻，是因为她怕别人比她聪明，干脆以假乱真。一个真女人，是一个优缺点俱存的女人，是一个优越与恐惧俱在的女人。

一个真女人有自己特有的魅力：羞涩给人以动情之美；温柔给人以诱人之美；优雅给人以脱俗之美。一个真女人缺的往往是自信。缺少自信，也就多了忧虑；因为忧虑，所以恐慌；因为恐慌，所以就爱慕虚荣；因为虚荣，所以就

变假了。




其实，女人要的也不多。一份真挚的感情，一个意外的惊喜，一些小小的浪漫，足以让女人心动不已。

女人该怎样呢？走出爱欲之惑，要你的生活亮丽起来，惟一的办法，就是在自己的内心筑起一道坚实的钢铁长城，让你的心理大堤，永不溃败！



目 录



引 子

-  “女人味”是热门话题 /1
-  “女性气质”现代新解 /3
-  现代女性的未来喜忧参半 /5




第一章 告诉你一个真女人

女人是什么?是天生的演员,是出色的幻想家,是水做的骨肉,是……女人就是女人,女人爱慕虚荣,女人爱撒娇也爱撒谎,女人易陶醉也爱浪漫……噢,女人原来是这般!

-  丽装识女人 /10
 - 永远丢不掉的手提包 /10
 - 时装是为女人设计的 /11
 - 首饰是女人一生的朋友 /14
 - 追求“露”的时尚 /16
-  女人特有的个性 /18
 - 热衷于打探他人的隐私 /18

- 女人乐于监控女人 /19
- 撒谎更高明 /20
- “撒娇”和“虚张声势” /23
- 谈男人的夜生活常常口是心非 /24
- 天性渴望得不到的东西 /25
- 乐意男人满足其幻想 /27
- 女人极易陶醉 /29
- 凭感觉 /30
- 女人乐意扮演受害者 /31
- 经不起男人的猛攻 /32
- ✿ 女人的误区 /33
 - 女人常常喜欢装傻 /33
 - 女人容易陷于“蒙娜丽莎”误区 /37
 - 女人常常表现出虚假的谦逊 /42
 - 萎缩的女性很少有独自的时空 /43
- ✿ 恋爱中的女人 /47
 - 恋爱中会产生自卑心理 /47
 - 因爱生色 /50
 - 为爱而性 /52
 - 女人惑于性(之一) /54
 - 女人惑于性(之二) /56
- ✿ 女人心理深处 /57
 - 女性的爱情心理 /58

- 友谊多变 /61
- 女性羞耻心侧重肉体 /67
- 总会通过怀孕找到良好感觉和树立自我形象 /68


 女强人“疾病”缠身 /70

- “女强人综合症” /70
- 女强人普遍身心“疲劳” /71
- 女强人常常产生“心理伤痕” /71
- 在家庭和工作场合中易发生“人际冲突” /72




第二章 现代女人要什么

现代女人要什么?什么都要,什么都不要。知道要什么吗?知道不要什么吗?女人是感性的奴仆,在情感的超级市场,左挑挑右捡捡,到头来什么也不买的,只可能是女人了!

 真心相爱是生命大事 /76

- 女性要寻找爱情的庇护 /76
- 女人需要真诚的爱 /79
- 女人需要善意的“谎言” /80
- 女人希望被对方需要 /81
- 女人需要什么样的爱情 /83
- 女人更注意一些微小的事情 /85

 尚未处在亲密关系时若有所失 /87

- 女性渴望亲密关系 /87
- 女人常常会感到失落 /89

✿ 女人的渴望 /91

- 罗曼史会使女人自觉不同凡响 /91
- 对肌肤相亲情有独钟 /95
- 喜欢“单独旅行” /97
- 希望得到承认 /98
- 人生中最重要的是有个引路人 /99

✿ 女人心目中的好男人形象 /101

- 女人心目中的男子汉形象 /101
- 什么样的男人讨女人爱 /103
- 男人怎样讨女人喜欢 /105
- 成功女性需要有一个通情达理的丈夫 /108
- 什么样的人才可以做好丈夫 /109

✿ 女人讨厌的男人种种 /110

- 讨厌优柔寡断的男人 /110
- 讨厌大权独揽的男人 /111
- 讨厌不支持甚至妒忌自己的男人 /112
- 讨厌谄媚与抱怨的男人 /114
- 讨厌以自我为中心的男人 /115
- 讨厌操之过急的男人 /117



第三章 现代女人有什么

现代女人有什么?女性半边天,在弱肉强食的男人社会,现代女性奋起直追。现代女人给女人重新定义,她们让这个世界的男人脸红心跳!

女人有自己独特的魅力 /120

- 羞涩:动情之美 /120
- 温柔:诱人之美 /121
- 优雅:脱俗之美 /123
- 高尚:永恒之美 /124
- 独特美是女性的亮点 /125
- 泼辣也是一种魅力 /126

女人有自己特有的表现 /128

- 女性具有保护生命的本能 /128
- “第六感官”特别灵 /130
- 比男人更懂爱情算术 /131
- 对批评过于敏感 /134
- 女人有自己的友谊 /135
- 女人在某些领域卓有成就 /138
- 现代社会女性逐渐占上风 /140



第四章 现代女人缺什么

现代女人缺什么?天下的女人似乎都很相像,都是女娲补天遗留的祸患。爱情使女人的智商下降数十个百分点,常常不能分辨真假,女人的忧虑仿佛永远是最多的……

女人通常都有一种极为相似的困惑经历/146

母女关系给女人以压力/146

父亲对女性的影响/148

爱使人盲目/148

爱情的敌人是理性/149

结婚后睁开眼睛/150

女人在依赖性中淹没了自己/152

海伦的幻想和忧虑/152

凯蒂没有了自信/154

女人的忧虑/156

难成一流人才/156

最大难题是克服自卑/157

缺乏判断力/159

常常不能分辨真假/161

从未像男人那样自然地被社会接受/162

职业女性难对付大男子主义者/165

职业母亲困境重重/168

- 女人的成功太沉重 /170
- 成功女性忧虑万千 /171
- 女强人大多与幸福婚姻无缘 /172



第五章 现代女人该怎样

走出魔幻的迷梦，现代女人有一片自己的天空。走出爱欲之惑，迈出生性的沼泽，让自己的生活更加亮丽起来，这就是现代女人。

走出爱欲之惑 /176

- 一见钟情并不能代表真情 /176
- 不必很快与男人亲密 /182
- 爱的离别要果断 /185
- 不要让爱情与婚姻相混淆 /187
- 性与感情不能相提并论 /189
- 对性进行冷静地思考 /191
- 热恋中的情感需要理智的控制 /196
- 走出“试婚”的误区 /199
- 挣脱“第二性”桎梏 /202

让你的生活亮丽起来 /205

- 才情比美貌更重要 /205
- 情趣往往在生活的缝隙中求得 /210
- 自然美最宜人 /212

- 
- 赶潮流更要保留本色 /213
 - 惟有爱己才能爱人 /215
 - 从不幸与不快中解脱出来 /217
 - 把优点汇聚成迷人的风情 /219
 - 任性是致命伤 /221
 - 热情是人生的火焰 /223
 - 自信才会谦虚 /225
 - 学会控制你的情绪 /226
 - 柔弱会阻碍成长 /228
 - 表现母爱会让你惊喜 /230
 -  职业女性指南 /232
 - 女主外也无妨 /233
 - 成功不影响女性魅力 /234
 - 现代OL备忘录 /237
 - 打破工作中的大男子主义 /243
 - 不使你的成功成为男人的压力 /245
 - 职业女性“防身有术” /246
 - 职业女性如何走出误区 /250
 - 职业女性如何保持女性化 /252



第六章 你也能做个好女人

你也能做个好女人，好女人不是天生就有的。魅力可以培养，修养可以培养，素质可以提高。相信，你会让全世界的男人们都为你而倾倒。



你是一个受欢迎的女人 / 264

- 你不是刻板不受欢迎的小姐 / 264
- 你是一个有教养的女性 / 266
- 你是一个魅力女性 / 269
- 你有女性迷人的个性 / 271
- 时刻微笑使你更具吸引力 / 273



你是一个好妻子 / 275

- 怎样才是一个好妻子 / 276
- 你是一个善解人意的好妻子 / 277
- 你是一个会发扬丈夫优点的聪明妻子 / 280
- 你是你丈夫的“亲善大使” / 281
- 表现爱心使你的丈夫更爱你 / 284
- 尊重丈夫的隐私他会更爱你 / 286
- 你能帮助丈夫成功 / 288
- 你能让你的丈夫对你死心塌地 / 290

● “女人味”是热门话题

“女人味”是现代社会经常被提出来讨论的主题。它不但是年轻女性热衷的话题，也是积极地开创人生的女性前辈们所遭遇过的困扰。

有些人对所谓的“女人味”颇为反感，因为这常常同男女不平等联系在一起，似乎一个女人富有女人味，就意味着她输给了男性，处于弱势地位。

有些女权主义声称在“女人味”的口号下，女性受到不当的压迫和有差别的待遇。在这种时候，哪有男女平等可言？法国女作家波娃在她的著作《第二性》中写道：“女人并非一生下来就是女人，而是被迫变成女人的。”她指出，在男人掌握实权的男性本位社会中，女性从少女时代就被灌输“女人不如男人”的观念。倘若不铲除这类强加在女人身上的“女人味”、“永远的女人”等谎言，女性便没有真正的自由可言。

可是，像波娃女士般“以女人身份活得极有价值”的人并不多。换句话说，那种形式化或强制性的“女人味”，和“波娃”女士那种以真正的女人活在世上，并让自己的才华开花结果，是截然不同的。此外，波娃女士生活的法国社会，和目前我们置身的社会，对女性的看法也大相径庭。因而，表现得像一个女人，并不会阻碍女性的进步、女性的解放、以及男女权利的平等。

有些人(主要是女性)认为张罗三餐和养育子女都由女人负责，一点也不

公平。

但我们试想，如果女人不想做家务、照顾儿女，那么打算做什么？男人不做饭、不带小孩，至少他们进入社会工作，赚取一些酬劳养育妻子儿女。相对的，如果女性认为做家务并不是她们的本份，那她一定得做某些更重要的事，好对世人有所交代吧！女人到底想做什么？这就是问题的关键。

有些女人在工作方面非常努力，自认不比男性逊色；在家务方面，虽然做得不算完美，但至少肩负起这方面的责任。造成这种形势，是因为她们的另一半拙于家务，而她们也认为丈夫们与其帮助分担家中的琐事，不如专心在工作上冲刺，或是进修与工作有关的课程。虽然由于工作和家事的双重负担，她们十分忙碌，但精神上却非常愉快，因为她们和丈夫完全平等、彼此尊敬，而且互相承认对方的价值和自由。

这种生活方式，能说是盲从男性的古板生活吗？

现在一些年轻女性，平时高呼男女平等，讨厌别人说她们富有“女人味”，然而面临结婚这个关卡时，却丝毫不加深思熟虑，义无反顾地纵身跃入婚姻生活中。在这种时候，她们毫不避讳地采取了非常“女人味”的行动，毫无理性可言。

如果你真心拥护男女平等，那么选择对象的首要条件，应当是愿意帮助自己实现这种理想的男人。结婚以后才懊悔自己怎会选上这种人，既不能让自己发挥才能，也不肯协助自己，那时就为时已晚了。不幸的是，多数女性都未能确定重要的前提，就匆匆奔向红地毯的另一端。

倘若你真心地否定“女人味”，并想充分发挥自己，不结婚也应该无所谓。波娃女士就不拘泥于婚姻的形式，而以自由之身，和萨特维持固定的关系。然而一般人却往往不能如此，当周围的亲友们纷纷步入婚姻生活时，很少有人能不为之所动。

当你在忙碌的生活中，情绪变得暴躁，或者对事物不再专注时，你的



丈夫很可能在细节上提醒你注意。大概是因为他希望你能成为有女人味的温柔妻子吧！曾经有一位男性长者鼓励一位事业有成的女作家说：“保持女性的气质，对事物的想法和应付，都呈现圆润的情趣。”

如何成为“具有女人气质”的女人，不仅取决于你的温柔贤惠，还在于你是否具有自信，在工作中的表现不亚于男性。

● “女性气质”现代新解

和“女人味”一样，“女性气质”也常常是挂在人们嘴上的名词。

什么是“女性的气质”。每当人们提到“女性的气质”一词时，总不免有些踌躇，因为它在历史上始终带着十分浓厚的封建意识。

女人们历来受尽“女性的气质”这一词语的折磨，并为之流过泪。“为了恋人、为了丈夫、为了孩子”，女人们被迫献出了自己的一切。在“女性的气质”这一美名之下，她们不图任何报答，也不抱任何希望。这并非是为了自己所爱的一切，而只是为了弥补社会矛盾的缺陷。看到这种情景，真叫人哭笑不得。当发现自己就像道姑一样生活在这个世界上时，她们都呆若木鸡。迄今为止，所谓女性理应具备的“女性的气质”，实际上不过是维护封建制度的、掩盖其社会破绽的一块补丁而已。

女人们要从受奴役的地位中解放出来，首先必须要摆脱美其名曰为“女性的气质”的种种圈套。“女性的气质”这一词语代代相传，使得她们始终被社会轻视，被男人作贱。

然而，现在她们应该积极、大胆地去谈论新一代独立、自由的女性的气质。就像画家和建筑师们在空白的纸上任意设计各种图案一样，满腔热情、无拘无束地描绘女性美和女性特点的时刻已经到来了。