

别只看《男人来自火星 女人来自金星》了

女人都在看的书，这样说老公就不烦、不火、不恼、不冷战、不发脾气、不暴力

女人如何说 男人才爱听

苏瑾 著



你烦不烦？你烦不烦？

你烦不烦？你烦不烦？

你什么时候洗碗去？

你什么时候拖地板？

袜子为什么到处乱扔？

你又死到哪里去了？

你什么时候刷碗去？

你什么时候拖地板？

袜子为什么到处乱扔？



你又怎么啦？你又怎么啦？
你又怎么啦？你又怎么啦？
你又怎么啦？你又怎么啦？

男人防“雷语”击、防语言突袭、语言暴力、防争吵的盔甲
女人拯救婚姻，拯救家庭，留住男人身，挽回男人心的秘符

在这些情况下，老公应该立即阅读此书

- ① 女人老说“你妈怎样，你妈怎样？”
- ② 男人窝在沙发看报打游戏，却被命令“你什么时候刷碗去？什么时候拖地板？袜子为什么到处乱扔？”
- ③ 你在和朋友喝酒、应酬，却被老婆一再电话催问：你又死到哪里去了？为什么女人逼得男人老说“你又怎么啦？你又怎么啦？”

男人买两册 一册送老婆，一册送老妈
但重点是送老婆

专治各种“碎碎念”和“胡搅蛮缠”！



新世界出版社
NEW WORLD PRESS

男人睡梦中都在看的书

梦想着媳妇不叨叨、不抱怨、不挖苦、不讽刺、不挑刺



女人，你知道为什么男人怕唠叨？

- ① 女人不断要求命令，就意味着权力的移转，男人当然不爽。
- ② 男人认为，我做事自有分寸，轻重缓急都能掌握，哪需要别人指示，一听到女人说这说那，就觉得她摆明了不信任男人的能力。
- ③ 女人也许认为说话是分享心事，听到男人耳中，言外之意成了：“你在怪我不能让你幸福……”，要不你哪来这么多的苦和抱怨？而自己每天做牛做马，没料到她仍不幸福，愈想男人就愈沮丧。

据说让女人不叨叨是上帝为难的一件事。

婚姻与情感专家**苏瑾**负责任地告诉你，她是来拯救女人的。

女人要有安全感、要幸福，一定要懂得“如何说”
《婚姻与家庭》主编刘萍真情推荐

上架建议：婚姻家庭◎两性沟通

ISBN 978-7-5104-2544-8



9 787510 425448 >

定价：29.80元

C913.13

6

《来自火星 女人来自金星》了

这样说老公就不烦、不火、不恼、不冷战、不发脾气、不暴力

女人如何说 男人才爱听

苏瑾◎



你为什么要这样？

你就是这样，你就是这样，

你什么时候能回去？



你什么时候能回去？

你什么时候能拖地板？

你为什么要到处乱扔？



你又怎么啦？你又怎么啦？

你又怎么啦？

太原工业学院图书馆



* B 0 6 3 3 4 7 0 *



新世界出版社
NEW WORLD PRESS

图书在版编目 (C I P) 数据

女人如何说, 男人才爱听 / 苏瑾著. -- 北京: 新世界出版社, 2012.3

ISBN 978-7-5104-2544-8

I. ①女… II. ①苏… III. ①女性-婚姻-通俗读物

IV. ①C913.13-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2012) 第013588号

女人如何说, 男人才爱听

作 者: 苏 瑾

责任编辑: 王正斌

责任印制: 李一鸣 郑珊珊

出版发行: 新世界出版社

社 址: 北京市西城区百万庄大街24号(100037)

发 行 部: (010) 6899 5968 (010) 6899 8733(传真)

总 编 室: (010) 6899 5424 (010) 6832 6679(传真)

<http://www.nwp.cn>

<http://www.newworld-press.com>

版 权 部: +8610 6899 6306

版权部电子信箱: frank@nwp.com.cn

印 刷: 三河市兴达印务有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 787×1092 1/16

字 数: 199千字 印张: 13.5

版 次: 2012年4月第1版 2012年4月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5104-2544-8

定 价: 29.80元

版权所有 侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页等印装错误, 可随时退换。

客服电话: (010) 6899 8638

会说话，才是好甜心

尼采说：想和女人约会吗，请拿好你手中的鞭子。

我说：想让男人乖乖地听你的话吗？请注意你的语言、语气。

任何一个打谱结婚的女人，都梦想上天能赐予自己这样一个男人：在家里好好表现，某种程度上还能乖乖听话，和这样的男人过活，才活得滋润。

只是，男人表现好不好，全在于女人会不会说。如果你是个不会说话的女人，即使你的男人天资再好，也会被你逼得造反。如果你是个会说话的女人，即使你的男人生性顽劣，也会变得为你所用。

不信是吧？那我给你回放两段家庭情景悲喜剧：

情景介绍：老婆下班回来，见老公在家做饭，只做了一道红烧排骨，没有青菜，妻子不满意。但同样是不满意，请看会说话和不会说话的区别。

家庭情景喜剧：会说话的老婆、听话的老公

老公：老婆，我今天做的红烧排骨好吃吗？

老婆：亲爱的，好吃极了，如果你能再搭配点青菜，那你就是国宴高手啦！

老公：老婆，那我现在就去做。

结局：老婆甜蜜地等待，老公在厨房开心地忙活。



家庭情景悲剧：不会说话的老婆、不听话的老公

老公：老婆，我今天做的红烧排骨好吃吗？

老婆：没别的菜了？

老公：没了。

老婆：你就不会做个青菜搭配着吃？排骨多腻啊，光知道吃肉，俗人！

老公：我一直就是俗人，你当初看不见呀？非得找我啊？

结局：老婆气得把桌子掀了，老公气得把老婆打了。

假如把家庭比喻成一个公司，我们女人渴望的布局无疑是这样的：我们是老板，男人是员工。员工要听老板的，我主沉浮。

可是，没有任何一个老板对员工是百分百满意的，他们有的做饭不大懂得营养搭配；把家里的卫生搞乱并且不大懂得主动收拾；洗碗洗不大干净；衣服不知道分类晾晒并且烫熨；用过的东西没有放回原处；买礼物不知道货比三家买得又贵又不好；忘记各种纪念日进而缺少浪漫的表现……

这种情况下，老板们的感受惊人地相似：不满，生气，怨恨。当大部分女人在婚姻中感受到绝望的时候，根据性格的不同，又可以分为唉声叹气的怨妇型和河东狮吼的悍妇型两种基本类型。

怨妇型：没日没夜无休无止的抱怨，尽管这种抱怨无效，但她们乐此不疲。**其结果是女人越抱怨，男人越反叛。关系不和。**

悍妇型：像母亲训孩子一样对男人大声呵斥，出言不逊，恶言相伤，甚至拳脚相加。**其结果是女人越疯狂，男人越张狂。两败俱伤。**

这两种表现类型都不好，我们都知道，一个总被老板挑错的员工会因感到前途无望而辞职；同样，一个总是被老婆批评、抱怨的老公会因感到自尊心受伤、感情受挫而失望难过。没有人愿意整天被人指责，特别是自己最亲密的人。

所以，原本鲜活的爱情不在抱怨中枯死，就在叫嚣中暴毙。

当长期坚持上面两种行为并不见效时，怨妇和悍妇又统一到同一条路线来：保持沉默，拒绝沟通。

可是这样也不妥。美国步兵手册中有这样一句名言：当你把掩体修得固若金汤时，同样你也攻不出去，要得到战果必须冒险。婚恋生活中，男女博弈也是这个道理。女人一方面想得到男人的爱，一方面又把自己防卫得滴水不漏。对不起，男人没有恋物癖。

那么，我们该怎么办呢？

请记住：要男人听话，首先要学会说话。在平时的生活中，你不能耍性子，要动脑子，要使心眼子，最重要的是管理好自己的嘴巴子。

聪明的女人总是能用恰当的表达方式，通过中听的语言，时刻调动起男人保持建设婚姻的主动性，让他心甘情愿地做小兵，听她差遣，侍奉她为公主。

作为女人，也许你没有骄人的容貌，也许你没有惊人的才华，也许你也没有足够的幸运猎到如意郎君，但你不必为此耿耿于怀。你完全可以通过心与口的修炼，用嘴巴来改变命运。

本书结合男女两性不同的心理和性格特点，为女性诠释科学合理的说话技巧、说话态度、语气。通过生动的故事，透彻的分析，呈现给大家最直观的幸福样本，为女性读者提供最切实有效的帮助。

也许十分钟，胜过十年功。

目 录



上 篇

男人的心理都“变态”，婚姻的真相很雷人 ——女人开口前必须扫清的认知障碍

第一章 接受男人的“变态”心理，才能解开沟通的死结	
怜香惜玉心理	003
国王心理	006
玩具心理	008
抢食心理	011
面子大过天心理	013
“戴高乐”心理	016
第二章 顺应婚姻的肌肤纹理，才能用对粉饰太平的手法	
从现在开始，放弃关于婚姻的“俺娘说”	018
婚姻不是黑社会，是个摸奖箱	021
婚姻是双鞋一点不假，但脚和鞋永远拧巴	024
一是一，一加一才有可能等于二	027
男女不平等婚姻才能美满	029
婚姻不怕目的不纯，就怕目的不明	032
再绚烂的爱情终将“沉沦”为亲情	035
所有人的婚姻都是61分	037
婚姻拒绝完美主义	039
第三章 男女情爱沟通思维之“大不同”	
思维方式不同：男人想好再说，女人不想就说	042
沟通目的不同：男人没事不说，女人想说就说	045



价值观念不同：男人习惯掌控，女人喜欢聆听	047
内心诉求不同：男人渴望理解，女人渴望爱	049
沟通方式不同：男人靠“说”，女人靠“感”	052
解压方式不同：女人喜欢倾诉，男人喜欢发呆	054



中 篇

会说话才是好女人，永远不会“被伤心”
——男女沟通有禁令，聪明女人不会踩线

第四章 恋爱时，会说话的女人是超级小甜心

不要逼问他的情史	061
不要随意晾晒你的“私情”	063
别说“我以前的男朋友比你对我好多了”	066
不要把“孔方兄”挂在嘴上	068
是你追的我，又不是我追的你	070
你以前对我比现在好多了	073
别把分手当润唇膏使用，男人不是吓大的	075

第五章 婚姻中，会说话的女人永远不会失婚

沟通不畅是最具毁灭性的婚姻冷暴力	078
夫妻说话定律：谁说得越多，谁的话越没分量	080
永远不直说他娘家人的坏话	082
不要以妈妈式的口吻和他说话	085
不要拿他和别人家的男人比	087
陆小曼是个反面教材	090
不要总是对他说“我容易吗我”	093
可怕的“民政局门口见”	095
别等到男人失去耐心的时候才想起来“维和”	097
温柔地把男人引入你的“包围圈”	099

第六章 吵架时，会吵架的女人让男人越爱越深

请注意：吵架也是一种沟通·····	103
吵架和炒菜一样，要把握火候·····	105
夫妻吵架要避开的“危情时刻”·····	108
吵架时千万不能说的话·····	110
秒杀恶吵：家是讲爱的地方，不是讲理的地方·····	113
妥协不可耻，死硬才“悲催”·····	115
适可而止，别让争吵升级为战争·····	117
用温柔淹死那头咆哮的狮子·····	120

第七章 女人幸福定律：唠叨没了，幸福来了

女人天生是话唠·····	122
唠叨是女人养在嘴里的“小三儿”·····	125
男人为什么惧唠叨·····	127
请牢记唠叨的“破唱片效果”·····	129
掌握唠叨的艺术，唠叨女变成“解语花”·····	131
给唠叨找个合适的“第三者”·····	134

下 篇

我知女人心，沟通疑难杂症急诊室

——只有不会说话的女人，没有经营不下去的婚姻



第八章 婆婆来了，你该乖乖地说

婆媳是天然的公敌·····	139
“妈妈”两个字是婚姻创可贴·····	141
和婆婆说话，怕直不怕弯·····	143
“哄”出来的好婆婆·····	146
用撒娇的方式公然忤逆她·····	149
处处请教，“弱弱地”赢定她·····	150
婆婆面前媳妇不能做的和不能说的·····	153



第九章 “小三”驾到，你得得体地说

愚蠢大多是在手脚或舌头转得比大脑还快的时候产生的	156
淡定地告诉全世界：我们过得挺好的	158
问题出在自己家，我不会找她算账	160
咱们拥有的矛盾，多年后你保证和她没有吗	164
假如你能比我做的更好，我愿意把“白宫”让给你	166
脚比鞋重要，当鞋确实伤害了脚，我们不妨赤脚赶路	170
我不介意你去了哪里，你回来了就好	172

第十章 对于“顽固派老公”，你得狡猾地说

如何引导婴儿型老公生活自理	175
如何帮助恋母型老公解“结”	177
如何和脾气坏的老公沟通	180
如何让兴趣不同的老公合你口味	182
如何启发闷葫芦老公变得嘴勤	185
如何说服工作狂老公爱家爱生活	187

第十一章 孩子问题上，你得客观地说

每个女人生命中都有两个难缠的“孩子”	191
两个孩子之间会争风吃醋	193
不要在孩子面前说“爸爸不好”	195
别因为育儿方式的差异分道扬镳	197
千万不要说：他和你家的人一样	199
不要“红了樱桃，黄了芭蕉”	201





上篇

**男人的心理都“变态”，
婚姻的真相很雷人**

——女人开口前必须扫清的认知障碍



女人如何说，男人才爱听



第

一

章

接受男人的“变态”心理， 才能解开沟通的死结



怜香惜玉心理

短暂的爱情或许可以是这样的：女孩飞扬跋扈，男孩唯命是从。

但长久的婚姻必定是这样的：女人如花似玉（可以没有花的娇美，但一定要有花的娇态；可以没有玉的品相，但一定得有玉的娇贵），男人怜香惜玉。

怜香惜玉，是男女关系和谐的命门。男人若不怜香惜玉，必定留不住女人，而女人若勾不起男人怜香惜玉的本能，那她的婚姻生活必将乏味又劳累，这个女人也就是典型的劳碌命。据我多年观察，很多婚姻中的女人整天抱怨活得憋屈，男人不疼婆婆不爱，大都是自找苦吃。其原因在于她们平时表现得过于硬朗，根本不注意勾起男人的爱怜之心，根本就没有给老公留下怜香惜玉的机会。

接到大学同窗好友莎莎的哭诉电话，是我怎么也没想到的事，当年我们都看好她和阿东的金玉良缘。莎莎不仅漂亮、能干，还是招男生喜欢的贤妻良母型小女子，至于阿东呢，是温文尔雅怜香惜玉的好男人，我们都以为他们的婚姻自然会甜蜜、幸福的。



婚后，莎莎的确是个贤妻良母，她在政府机关工作得心应手，也比较轻松。阿东创建了一个广告公司，白手起家，工作压力自然是比较大，工作也忙。莎莎心疼他工作忙，理所当然地包揽了家里的“一地鸡毛”，男人女人的事她都一肩挑，包括像擦阳台玻璃，擦洗灯具那样的高危工作她也毫不含糊地勇于承担；不仅心疼老公的身体，莎莎也心疼老公的金钱赚得不容易，漂亮的时装舍不得买，更舍不得去花那美容、健身的“冤枉”钱，相反，她把阿东包装得很绅士很养眼。

莎莎做梦都没有想到，自己省吃俭用省出来的钱竟然被狐狸精花去了，自己含辛茹苦打理出来的好男人竟然被别的女人享受去了。

当莎莎在家里不辞劳苦地爬上爬下拖地擦玻璃之时，阿东正和一个年轻的女孩子在咖啡屋里悠闲地喝着咖啡，在时装店高兴地给她掏着腰包。更要命的是，那天，阿东和年轻女孩一起爬山回来，女孩累了，阿东竟然很爷们地背着她！而这一幕恰恰被莎莎的娘家兄弟撞个正着并及时汇报给莎莎。莎莎自然是无法容忍这一切，她一把鼻涕泪两行地控诉老公：当我站在梯子上擦玻璃时你怎么不心疼我？当我拖地拖得直不起腰来时你怎么不给我一个拥抱？

阿东自知理亏，但有一句话他不得不说：我需要你这样做了吗？你给我机会了吗？

莎莎一边向我哭诉这一切，一边忿忿不平地骂老公得了便宜还卖乖。

我说：这不是狡辩，而是事实。

见我的立场如此“反动”，莎莎当即就把电话挂断了。

可这是我的原则和立场，每逢接到诸如此类的求助电话，我总是本着治病救人的原则，有一说一。

婚姻就像一个人，它需要各种各样的器官：必要的经济条件是四肢，真诚的爱情像心脏。男人的怜香惜玉和女人的温柔一起，构成婚姻的皮肤，它们能够让对方感受共度的每一个日子的冷暖。

其实，每个男人身上都有当爷们的基因，只是那些憨实的笨女人不懂得

挖掘和利用这一点，反而把这种优质的、对自己有利的基因埋没了。她们对家务活大包大揽，主动让男人沾便宜，当有一天自己承受不了忍受不了的时候，才开始找男人算账。这些平日里任劳任怨的女人，实际上根本做不到任劳任怨，真要认命了，倒也罢了。

任何一个女人，内心深处都有种小鸟依人情结，渴望男人的保护，希望有一双坚实的臂膀供她依靠。即便是那些表象硬朗，勤劳体贴，不和男人计较的女人，也是如此。只不过她们忽略了自己的感受和需求，尽管表面上看起来宽容大度，实际上是活得非常憋屈的。

所以，作为女人，再怎么贤妻良母，再怎么爱他、心疼他，也要故意留给老公一点怜香惜玉的机会，让他知道你需要他、离不开他，让他骄傲地感受到对你的责任与呵护。

一个聪明的、懂得向老公讨爱的女人，平时居家过日子，会注意以下事项：

1. 留一点“鸡毛”让他扫

在上中学的时候，老师就教育我们“一屋不扫，何以扫天下？”虽然男人在外面“扫天下”很累了，但让他扫一点点屋里的“鸡毛”也是应该且必须的。比如某日早晨故意撒娇说想睡会懒觉，让他做顿早餐，或者某日晚餐后有意说你今天不想洗碗，他自然就会欣然去做的。他会意识到这是对家的责任，他会骄傲地以为这是对你的呵护，而更对你怜香惜玉。这自然也是爱情保鲜的小技巧。

2. 喜滋滋地适当花他的钱

有一个笑话说，男人送给情人一个漂亮的钻戒，情人一边幸福地给男人一个香吻，一边心里还嘀咕那颗钻石不够大，是不是个假的；男人送给老婆一个钻戒，老婆一边横眉竖目地骂他浪费钱，一边生气着把钻戒扔到一边。

这个笑话说得虽然有点夸张，但也教会了做老婆的女人，要学会喜滋滋地适当花男人的钱。比如不定期地去时装店挑选衣服，只要是他认为漂亮得体的，你就幸福地笑成一朵花，随他叫服务员包好就行；节日里他送你一件礼物，你就快乐得像一只小鸟一样拆开礼盒，两眼发光地看着礼物，管它昂贵不昂贵，写满一脸惊喜的表情就好；这样既刺激了他对你的责任，更让他



满足了大男人怜香惜玉的成就感、自豪感。

3. 把自己当“香”作“玉”

要老公对你怜香惜玉，首先自己要是“香”是“玉”。如果你整天只知道好饭好茶、窗明几净地招待他，却不懂得自己才是这个屋子里最亮眼、最吸引他的“香”、“玉”，不懂得绚彩诱人的唇膏、高贵典雅的时装就是为自己这样的“香”、“玉”女人准备的，那就等于，你自己都不把自己当“香”作“玉”，你又怎能奢望他对你怜香惜玉？要知道，光滑柔嫩的肌肤、漂亮迷人的神采是男人怜香惜玉的动力。

明白这个道理的聪明女人，才不会在婚姻中感到太委屈，才会在爱人前游刃有余，活得美滋滋。

国王心理

分析男人的这种心理，先从男人对车的情愫说起。

穿越历史的茫茫尘沙，向来是女人爱美，男人爱车，多数男人天生有种“汽车”情结，汽车贯穿他们的一生。从幼时起，汽车就闯入了他们的生活。小男孩对汽车玩具爱不释手，喜欢模仿司机、记忆汽车型号和标志。成年后，买车的也同样以男性居多。我认识的男性朋友不少，但他们当中没有一个不爱汽车的。有些男人说，汽车是自己生命的一部分；还有些男人说，汽车是第二个“妻子”。

男人对汽车的“爱”，让很多女性不理解，甚至嫉妒。在女人眼中，车或许就是四个轱辘加一个方向盘这样简单，而男人们为什么如此痴迷？

从社会心理学的角度分析，因为汽车满足了男人的控制欲，控制欲让男人希望操控某个东西，而汽车恰好实现了男人的控制欲，能让人感到自己的能量无限扩展。他可以随心所欲地选择开车时间，想让它怎么走，它就得起怎么走。在这个过程中，让人体验到驾驭的快感，王的感觉。