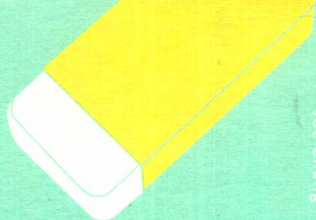
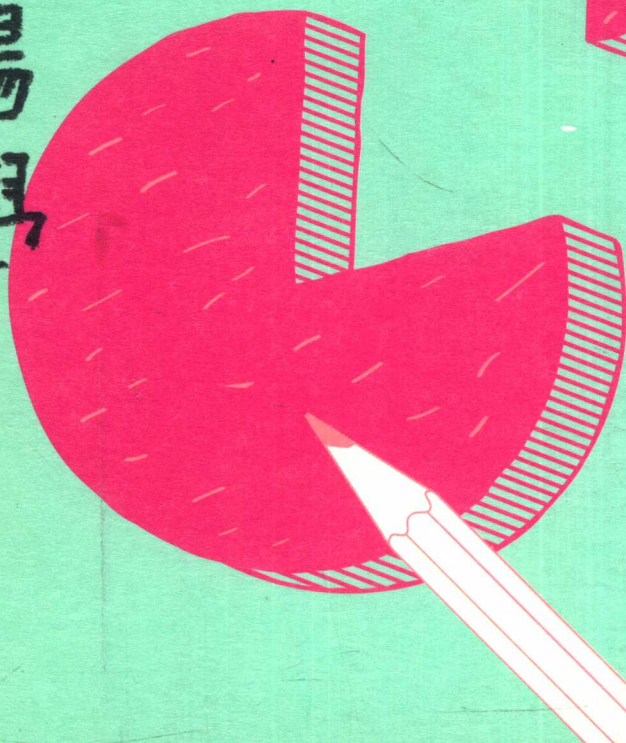


老僑
Joe Chang

80分女生，
妳真的不夠好嗎？

愛情市場學

「80分女生」該有的不敗思維
雜誌百科用「年過三十未婚的女性」來解釋「敗犬」。
但在老僑的眼中，這些女生不是敗犬，她們是「80分女生」。



港台書

80分女生，
妳真的不夠好嗎？

愛情市場學



愛情市場學

80分女生，
妳真的不夠好嗎？

作者	老喬	Joe Chang
插畫	提姆	Tim Chen
責任編輯	黃薇潔	Amber Huang, Senior Editor
主編	林怡君	Ariel Lin, Managing Editor
版權副理	朱明璇	Ellery Chu, Foreign Rights Deputy Manager
日文編輯	簡怡仁	April Chien, Japanese Editor

封面設計	逗點國際	Dotted Design
美術編輯	逗點國際	Dotted Design

行銷主任	洪聖妮	Sany Hung, Marketing Supervisor
行銷專員	李雯婷	Sandra Lee, Marketing Specialist
	林婉怡	Doris Lin, Marketing Specialist

社長	王嘉麟	George Wang, President
總經理	吳濱伶	Stevie Wu, Managing Director
首席執行長	何飛鵬	Fei-Peng Ho, CEO

出版 城邦文化事業股份有限公司
Published by Cite Publishing Limited

發行 英屬蓋曼群島商家庭傳媒股份有限公司城邦分公司
Distributed by Home Media Group Limited Cite Branch

地址 104 台北市民生東路二段 141 號 7 樓
7F No. 141 Sec. 2 Minsheng E. Rd. Taipei 104 Taiwan

電話 +886 (02) 2518-1133

傳真 +886 (02) 2500-1902

E-mai photo@hmg.com.tw

讀者服務專線 0800-020-299 週一至週五 9:30-12:00、13:30-17:00

讀者服務傳真 (02) 2517-0999・(02) 2517-9666

城邦客服網 <http://service.cph.com.tw>

城邦書店 104 台北市民生東路二段 141 號 1 樓

電話 (02) 2500-1919 營業時間：週一至週五・09:00-20:30

ISBN 978-986-306-096-3 (平裝)

版次 2013 年 5 月初版

定價 新台幣 300 元 港幣 100 元

製版／印刷 凱林彩印股份有限公司

香港發行所

城邦（香港）出版集團有限公司

地址：香港灣仔駱克道 193 號東超商業中心 1 樓

電話：(852) 2508-6231

傳真：(852) 2578-9337

E-mail：hkcite@biznetvigator.com

馬新發行所

城邦（馬新）出版集團（Cite (M) Sdn. Bhd. (458372U)）

地址：11, Jalan 30D/146, Desa Tasik, Sungai Besi,

57000 Kuala Lumpur, Malaysia

電話：(603) 9056-3883

傳真：(603) 9056-2833

著作權所有・翻印必究

Printed in Taiwan

¥ 97.5

國家圖書館出版品預行編目(CIP)資料

愛情市場學：80分女生，妳真的不夠好嗎？／老喬著。

——初版。——臺北市：城邦文化出版：家庭傳媒城邦分公司發行，2013.05

面：公分

ISBN 978-986-306-096-3(平裝)

1.戀愛 2.兩性關係

544.37

102097654

目次

【推薦】八十分女孩的爱情必修課

【序言】專案管理的生活態度 從愛情開始

I 愛情市場學

01 開場 010

02 你以為的敗犬，不是真敗犬 016

03 中段班女生竟成敗犬高危險群?! 019

04 八十分女生的危機 022

II 愛情裡的供需

01 妳沒發現的婚姻市場陷阱 026

02 優質男人到底有多少? 028

03 女人緊張，男人卻輕鬆以待?! 035

III 你不瞭解的他

01 愛情市場規則 060

02 生物學上的愛情規則 062

03 女性的ESS 066

04 男性的ESS 068

05 情感上的遊戲規則 072

06 男人在男女關係上的三大心理分類 074

07 肉體關係 076

04 分數是為了理解，而非物化 038

05 八十分以下的女生最早理解市場 040

06 八十分女生請備戰! 043

07 愛情市場的劇變 045

08 微縮愛情世界探究竟 047

09 八十分女生該正視問題了! 057

08 激情關係

077

09 安定關係

081

10 愛情裡的關係雷達圖

091

IV 八十分女生的必勝策略

01 加強競爭力的八大要點

096

02 五大策略的詳細說明

098

03 策略一：好的包裝，以掌握第一吸引力

099

04 策略二：適當篩選，但不要過度篩選

113

05 策略三：控制期待，降低成交後的後悔情緒

124

06 策略四：主動出擊，搶得先機

134

07 策略五：增加母數，在曲線急墜前脫離遊戲

164

08 檢驗男人三大事項

169

最終章

09 檢驗事項一 確認發展長期關係的可能

170

10 檢驗事項二 確認結婚目的是否正確

178

11 檢驗事項三 十五個不適合長期交往的特質

01 別期待不存在的標的

216

02 愛情不等同商品買賣

218

03 Mr.Right 在哪裡？

219

04 最終總結

220

05 管理學的意義在於風險管理

222

港台書

80分女生，
妳真的不夠好嗎？

愛情市場學



八十分女生的愛情必修課

「愛，只有在尋找的時候，才會發現。」

一直很喜歡這句話，因為知道需要愛是個人的意識，可惜，「知道」這兩個字在意識裡，只是一連串不斷的重覆想法，並沒有靈魂。展開戀愛的行動才是潛意識裡真正的做到，人唯有透過潛意識才會留下切身感受和深刻體會。要不要幸福和會不會幸福，其實是二件事。愛情難尋又能尋，才是難能可貴。

八十分女生，要談的不是終結單身，而是愛情中的修養。八十分女生，要教的不是心機，而是愛情中每一次練習的機會。但是，八十分的女生的愛情比年輕時更重要，卻也更困難。隨著社會的轉型與進步，婚姻已非必然，它只是個人思索生命發展的選項，這些都是經過考慮權衡的，也反映出世代與個人的價值觀，結不結婚是一種生活型態和生命價值的決定。單身並不可怕，可怕的是來自於社會集體意識傳遞了我們那些「想像中的危險」。

很多社會性別角色的限制和給予男女社會位置向度的刻板印象仍未消弭，造成女性在面對婚姻選擇時，較男性受到更多社會情境的壓力，而這些外在的關愛如果處理不當，便容易造成女性的困擾，甚至是一項沉重的自我挫敗。

八十分的女生快樂嗎？這是很多人最好奇的問題。女性越自認是擁有自我期許的人時，就越難以接受這些期許不會被滿足的事實，因為當女性決定不再當情感上的撫慰者時，大部分的男性卻還沒準備好要接手揮棒落空的失望。

八十分女生要說的也許是，個人意志的自由絕對不是操作愛情的最佳法則，以個人自主擁有奉為體現對於愛情的信念，充其量只是另一種任性的表現。八十分的女生了解，透過自我成熟的照顧與獨處，才能踏實的得到屬於自己的安身立命。如果單身是一種狀態，它為我們開啟的應該是更多情感上的滿足，藉由與他人相知相惜，我們會學習適度的懸擱自我而非一味的展現，我們開始能夠了解所謂生活中的愛情，是指當兩個人設法要為了他們一起的生命而容忍彼此時，想像的愛情才不會成為心靈的負擔。生命最大的滿足，終究來自於我們與他人正向情感的連結。愛情的格局說穿了就是：這一生，我們包容過多少人，相遇過多少事。

如果妳自己是或是身邊有這麼一位八十分女生，請互相勉勵我們誰也不要錯過每一個可能的發生，經歷過後的回憶，才會成為一個人真正的擁有。在愛的世界，從來不欠方法，只缺意願。希望有那麼一天，我們想到「她」的幸福，就會放心的笑了。

知名兩性心理師李韋蓉

專案管理的生活態度 從愛情開始

我是一個管理顧問，平常的工作在於協助企業處理改造與變革。

組織改造不是簡單的事，因為變革可能造成既得利益者的損失，也會讓一些人取得利益。因此既得利益者會反彈、而改革得益者則會希望把事情導向他渴望的方向。要讓事情順利，我們每日的工作，就是要試圖從複雜的「局」中看出每個人的需要，並適度的平衡各方需求。

自二〇〇六年起，我開始撰寫一個管理部落格，希望把「局」的概念以及管理知識以一般人能理解的方式散佈出去。一個常常拿來當範例的，是「兩性間的動力關係」。為何以兩性為範例呢？因為兩性議題其實是「局」的一個最小形式。相對於公司變革中有多人在做權力角力，兩性議題通常只涉及兩個人（好吧，偶爾也可能出現三個人以上）。所以分析起來「簡單得多」，大部份人也有親身經歷，比較能理解其中的知識。這個專欄非常受到歡迎，後來不知不覺我寫了蠻多這方面的內容。越寫越發現，很多人從沒有從「局」以及「各方需求」的方面思索過愛情這件事。他們把電視與小說看到的內容當成真實、並把婚姻與愛情過度的浪漫化。以至於在出牌上只從自己的立場出發，老抱怨對手不如電視

劇情一般反應，並總在愛情路上碰壁。

這本書，主要就是彙整了部份我在部落格上針對女性愛情抉擇的文章。為了集結成冊，我把一半以上的內容重新改寫，加入了更多新內容。主要是希望讓二十歲到三十五歲的女生，了解「捕捉男人」到底該採取怎麼樣的思維與策略。對，這本書其實是一本「關於策略」的書。我以局勢判斷出發，讓大家知道目前戀愛市場上呈現怎麼樣的一個局面、男人到底要什麼、又在想什麼，妳又如何順應趨勢來設定妳的策略，以確保勝率最大化。不過還是要提醒，這本書，僅是將我眼睛看到的描寫出來並分析背後的成因，其中並不涉及對錯好壞等任何價值觀的評鑑。如同馬基維利在《君王論》中提到：「我描寫的不是事物應該有的狀態，不是談論人該如何過他們的日子，而是描寫事物實際的面貌。」

妳的人生目標是什麼，能否認同這些「世界實際的面貌」是妳得自己判斷的工作。最終，是否要參與這個「局」，也是妳自己要思考的東西。妳可以不參與局、也可以走不同的人生軌跡，可是，若妳想在世俗的遊戲中取勝，唯有了解世界實際運作的模式，才能定出正確的做法，以避免最後只能徒留傷感與失望。

老僑 於二〇一三年三月

目次

【推薦】八十分女孩的爱情必修課

【序言】專案管理的生活態度 從愛情開始

I 愛情市場學

01 開場 010

02 你以為的敗犬，不是真敗犬 016

03 中段班女生竟成敗犬高危險群?! 019

04 八十分女生的危機 022

II 愛情裡的供需

01 妳沒發現的婚姻市場陷阱 026

02 優質男人到底有多少? 028

03 女人緊張，男人卻輕鬆以待?! 035

III 妳不瞭解的他

04 分數是為了理解，而非物化 038

05 八十分以下的女生最早理解市場 040

06 八十分女生請備戰！ 043

07 愛情市場的劇變 045

08 微縮愛情世界探究竟 047

09 八十分女生該正視問題了！ 057

妳不瞭解的他

01 愛情市場規則 060

02 生物學上的愛情規則 062

03 女性的ESS 066

04 男性的ESS 068

05 情感上的遊戲規則 072

06 男人在男女關係上的三大心理分類 074

07 肉體關係 076

08 激情關係

077

09 安定關係

081

10 愛情裡的關係雷達圖

091

IV 八十分女生的必勝策略

01 加強競爭力的八大要點

096

02 五大策略的詳細說明

098

03 策略一：好的包裝，以掌握第一吸引力

099

04 策略二：適當篩選，但不要過度篩選

113

05 策略三：控制期待，降低成交後的後悔情緒

124

06 策略四：主動出擊，搶得先機

134

07 策略五：增加母數，在曲線急墜前脫離遊戲

164

08 檢驗男人三大事項

169

最終章

09 檢驗事項一 確認發展長期關係的可能

170

10 檢驗事項二 確認結婚目的是否正確

178

11 檢驗事項三 十五個不適合長期交往的特質

188

01 別期待不存在的標的

216

02 愛情不等同商品買賣

218

03 Mr.Right 在哪裡？

219

04 最終總結

220

05 管理學的意義在於風險管理

222

I
愛情市場學

開場

一切的起點，是源自於跟一位老朋友在MSN上聊天所展開的……

前次與她聊天是一年以前的事，那次聽她說到老公跟網友外遇，而她想離婚又沒有勇氣離婚的故事。事隔一年，我再次關心起她的婚姻。儘管她訴說的過程情緒平穩，但提起老公，還是狀況不佳，甚至變本加厲了起來。結婚至今五年了，老公從沒找過工作，整天待在家裡上網、打線上遊戲，曾經宣稱要去考律師執照，但今年已是第二次放棄，連考都沒有考。她感嘆：「當時以為嫁了個國立大學畢業的，沒想到現在是這樣。」

我問：「幹嘛不離婚，重頭來過呢？」

她語氣感覺沒什麼變化，淡淡地回應說：「自己都這把年紀還如何能重頭來過？」（其實她也不過三十四、三十五歲而已）我心想，到這個年紀很多女人連第一次婚都沒結啊，正因為有過一次經驗，應該更容易找到自己要的對象才是。她又說，「此外，也不能讓小孩沒爸爸吧？」但這疑問剛提出、話鋒一轉她又說到假若自己真的離婚，小孩應該會判給她吧。說她老公沒有經濟來源，自己應該比較占優勢。（可見也不是

沒想過離婚這檔事)

我這人一向「勸離不勸合」，於是附議著離婚的想法。

只是她雖然覺得自己有優勢，牢騷發完後的結論卻是：「婚姻應該都是這樣的啦。我這段時間也到網路上許多婚姻討論區去看，裡頭那些男人更糟糕。跟那些男人相比，他好像也沒這麼壞。」

看到這樣的話，我也就沒再繼續說什麼了。後面跟她的討論就轉變成網拍，因為她說想多賺些錢，小孩開始上學後開銷會更多，而她覺得網拍似乎是個不錯的賺錢方法。聊著聊著，也就把話題扯遠了。我只是覺得很可惜。很多時候，人生選擇的結果其實是可預見的。當年她打算要快地「跟相親對象結婚」時，我就跟她說「那並不是個好主意」。但她說「自己年紀到了，又沒認識別的男人，深怕不趕快把握住，後面會更沒機會。既然這個男人的條件也還可以，那就選他吧。」等到結婚後發現狀況並不好，卻又選擇「繼續忍受」，那麼後面會變成怎麼樣的一個結局，恐怕也不言可喻。

這樣的故事總讓我覺得遺憾。

她其實並非特例，周圍有很多其他女生，也是因為恐懼或壓力而選擇匆忙走入

婚姻，後續卻又對婚姻生活抱怨不已。結婚沒有不好，但是毫無方向、只是因為害怕社會壓力而結婚就不對了。

以我這位朋友而言，年輕時是個乖巧聽話的女生，一路用功念書沒有太多與男人的交往經驗，也不太清楚到底怎麼樣的男人才是合適長久交往的對象。等到自己年紀到了三十歲上下，長輩紛紛關切起感情、朋友也熱心詢問、甚至參加喜宴的機會越來越多，一瞬間因為太害怕自己成為別人口中的「敗犬」，而突然間積極起來。可是積極歸積極，卻因為實在不懂戀愛的遊戲規則、不懂得鑑賞男人的好壞，只好依照世俗的認知，做著大家都在做的事情（相親後，從不多的幾個選擇中勉強挑一個對象快快結婚）。

可是我始終覺得，戀愛就如同任何其他技能（像下棋或是運動）一般，其實是需要長期的練習以及眼界上的開拓，更需要累積充分的經驗值。若是沒有人引導告知戀愛本質上的遊戲規則，自己又錯過了練習的黃金時期，隨著年齡增長，就非常可能讓自己走入一個難以翻身的尷尬境地。

當然，若妳沒有非要結婚或戀愛，懂不懂戀愛本質其實是無所謂的。可是很多