

<<非诚勿扰>>

图书基本信息

书名：<<非诚勿扰>>

13位ISBN编号：9787506043212

10位ISBN编号：7506043211

出版时间：2011-11

出版时间：东方出版社

作者：安藤房子

译者：江桂英

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<非诚勿扰>>

前言

“我很想结婚，但是没有恋人……”最近这样的女性渐渐有所增多。特别是对30岁以上的女性来说，结婚似乎已经成为一大课题。

其主要理由是：生育。

“到了这个岁数，开始想要自己的孩子了。”

这是很多女性的普遍想法，她们的结婚愿望开始愈发强烈了。

随着现代医疗水平的不断进步，高龄生产开始变为可能。

但是生育依旧存在着一定的年龄极限，因此还是在年龄极限之前结婚比较好。

而抱着这一愿望的女生们，在内心中却对恋爱有所恐惧。

这是因为她们“想要和下一个交往的人结婚，因此绝对不能失败”的想法非常强烈。

你现在有没有这样的感受呢？

我希望能够向这些成熟女性们传授一些抓住幸福婚姻的方法，这就是我写这本书的原因所在。

成熟女性如果想抓住男人的心，是需要一些技巧的。

因为，此时和学生时代以及刚刚踏入社会时，情况有了一些变化。

在本书中，我收集了77种所有成熟女性立即可以实践的心理技巧，并结合了色彩心理学和感情创伤方面的话题，将单身女性如何与喜欢的男性相遇直至结婚进行了简单易懂的归纳。

如果本书能够为读者的幸福婚姻带来一些帮助，我将深感荣幸。

最后，我衷心祝愿大家能够拥有幸福美满的婚姻。

安藤房子

<<非诚勿扰>>

内容概要

这是一本写给想获得幸福婚姻的未婚女性的书。
在本书中，作者收集了77种所有成熟女性立即可以实践的心理技巧，并结合了色彩心理学和感情创伤方面的话题，将单身女性如何与喜欢的男性相遇直至结婚进行了简单易懂的归纳。

<<非诚勿扰>>

作者简介

安藤房子，日本恋爱心理研究所所长、作家。
她举办了“治愈你哭泣的心”的女性活动，是日本首位恋爱顾问。
她在色彩心理学和精神创伤研究的基础上创建的意见型心理咨询所，受到了广泛的欢迎，已受理的咨询数达到20000件以上。
经常以恋爱咨询家的身份活跃在电视、杂志、报纸上。
除了有大量的连载作品外，其他著作还有《恋爱日记——90天让你成为恋爱体质》等。

<<非诚勿扰>>

书籍目录

第1章 看清“我的结婚愿望”

法则1：结婚前问自己希望用婚姻改变什么

法则2：两种类型导致与婚姻无缘

法则3：工作和结婚哪个更重要

法则4：每天写下最想做的三件事

法则5：要展望理想中的婚姻并为之努力

法则6：在纸上写下自己的婚姻展望

法则7：用粉红色来点缀自己，提高恋爱运

专栏01：如何将自己对婚姻的展望可视化

第2章 提高恋爱运，准备迎接你的白马王子吧！

法则8：制定迈向结婚的详细计划

法则9：模仿自己欣赏的已婚女性形象

法则10：整理过去的恋情，打开未来的幸福之门

法则11：对“暧昧”的他说拜拜

法则12：精致的妆容使女人更自信

法则13：通过“补偿体验”克服对婚姻的恐惧

法则14：积极语言提高恋爱指数

法则15：和过去的自己作比较可提升自我

法则16：写下今天遇到的开心事

法则17：美味的午餐会使你恢复好心情

法则18：多留出自己的“婚活”时间

法则19：通过旅行来真实面对自己的内心和愿望

法则20：通过美体体验来了解自己的肌肤和身材

法则21：学习跟异性聊天的技巧

法则22：追求完美不如拥有自己的个性

专栏02：通过写日程表实现结婚愿望

第3章 遇到你的真命天子！

法则23：每天给朋友发送电邮，制造邂逅的机会

法则24：开始新的兴趣，开拓新的人脉

法则25：改变行为模式，抓住意外的邂逅

法则26：摒弃不准“公司内部恋爱”的老观念

法则27：请信赖的男性友人为自己介绍男朋友

法则28：不要拒绝同行业者和同学聚会的邀请

法则29：不要惧怕网友的见面

法则30：不要厌恶婚姻介绍所

法则31：休息日不要一个人度过

法则32：带着小道具经常一个人出门

法则33：与酒为伍，成为洒脱的单身女郎

法则34：两种提问方式让你成为对方想要聊天的对象

法则35：在相亲聚会中做一个万人迷，然后慢慢展示个性

法则36：对结婚目标以外的男性也要和善

法则37：分别的时候微笑挥手，把失误当作没发生过

法则38：如果可以牵手就继续发展

<<非诚勿扰>>

法则39：主动交换电邮地址，并在两周内约会

专栏03：呼唤幸福的“好事笔记”

第4章 成为他的真命天女！

法则40：适度打开心扉，走近他的心

法则41：疲于“婚活”的时候就稍作休息、补充能量

法则42：根据他的职业决定自己的时尚色

法则43：善用颜色，在初次约会中取胜

法则44：模仿对方的动作会使你们更加亲密

法则45：在变得善于交谈的同时也要表现出自己的成熟

法则46：利用午餐约会，看看自己和对方是否投缘

法则47：用妈妈一般的爱赢取“姐弟恋”

法则48：对待比自己年长的雄性荷尔蒙旺盛男可選用白色系

法则49：和一见钟情的他在三个月内建立信赖关系

法则50：将他介绍给自己的朋友，将双方的关系公开化

法则51：通过电邮交流，即使再忙也会变得亲近

法则52：称赞对方“自我关注度”高的部分，营造良好氛围

法则53：检查他的需求阶段，减少恋爱中的不安

法则54：用“双面提示”的方法操控他的心

专栏04：提升魅力?手机术

第5章 回避恋爱事故

法则55：尽早预约庆祝日约会

法则56：更换房间灯泡，打破沉闷气氛

法则57：送给对方有结婚意味的礼物

法则58：在平常的日子送给对方礼物

法则59：摸索和他最适当的距离感

法则60：只有准备分手的时候才可以检查手机

法则61：做太阳般温暖的女性，绝不将他让给情敌

法则62：他身上的缺点在你身上也存在

法则63：再喜欢也不能和家族暴力男结婚

法则64：帮他摘掉“面具”

法则65：将他介绍给自己的女性朋友，跳出匿名的世界

法则66：在订婚前打听对方小时候的家庭环境

法则67：灵活应用“分歧”，你会得到长久的幸福

专栏05：令“婚活”顺利的色彩疗法

第6章 成为一直被爱的女人！

法则68：提高烹饪技巧，紧紧抓住他的胃

法则69：采用“轻轻的攻击”击退出轨的危险

法则70：使用“正面击打”和“午餐技巧”提出结婚话题

法则71：找回美好的回忆，变身“闪闪发光”的女人

法则72：利用每天的“咖啡时光”来加深相互了解

法则73：在钻石卖场撒娇索取礼物

法则74：用华丽的装扮诱导对方的求婚

法则75：营造神秘感，让自己成为谜一般的女人

法则76：每天向对方说“谢谢”

法则77：不要期待回报，发自内心地爱对方

<<非诚勿扰>>

<<非诚勿扰>>

章节摘录

版权页：插图：你想要结婚，是从什么时候开始的呢？如果是因为“真心喜欢现在交往中的他”，那当然没有问题。

但如果仅仅是在工作受挫或者生病等负面事件发生时才会涌现结婚愿望的话，那我就建议你最好三思而后行了。

当人在精神不佳的时候，“身边想要有个人陪伴、有人爱被人疼”的所谓“亲和需求”会变得强烈起来。

因此此时女性和并不是很喜欢的男性去酒店开房的事情也并不少见。

但因为是成年女性了也不必太在意。

但问题是“之后怎么办”。

虽然并不是很喜欢对方，但因为有过一次亲密接触，之后会变得难以分离。

精神不佳时，也会有另一种情绪——“分离不安感”，也就是说不想离开现在身边的伴侣。

因此大多数女性会和这个仓促拿来凑数的非真命天子继续不咸不淡地交往下去。

而身边有了这个填补自己寂寞的人，就变得不那么努力进行“婚活”了（“婚活”，是“婚姻活动”的缩略语，是指所有与结婚有关活动的总称，包括约会或相亲前的化妆、健身、上人际关系课等准备工作，以及参加相亲等各类社交活动等。

这个词最早出现在日本著名社会学家山田昌弘撰写的《婚活时代》一书中，此书的目的是鼓励日本未婚青年主动出击，积极寻找结婚对象，不要坐等命运的安排。

同时也创造出了“婚活”这一新的流行语。

——译者注），从此陷入与这个“仓促男”冗长的螺旋式交往当中。

这样的经历，你曾有过吗？在开始“婚活”前，首先整理一下自己的内心吧。

你想要结婚的原因、要结婚应该怎么做、你的理想老公是什么样的、你想拥有怎样的婚姻生活等等问题，都需要在自己目前的生活中重新审视一番。

请将这些问题都写在纸上。

如果可能的话，花上几个小时（如果觉得不够的话，也可以是两三天）好好思考一下。

并且在思考的时候，请将刚才那张纸背面朝上翻过来。

当你思考完毕，请将纸的正面翻过来，将之前写的几项愿望按照强烈度由低往高一划掉。

用钢笔尽量划去，最后剩下的就是你真正的结婚愿望。

除了寂寞以外，你有其他想结婚的理由吗？如果有，那就请开始你的婚姻生活吧。

<<非诚勿扰>>

后记

有一百个人，就有一百种“幸福婚姻”。

因此我写这本书的初衷是希望使各种类型的女性都能实现幸福的婚姻。

并且，我自己获得幸福婚姻也是源于一本关于结婚的心理学方面的书。

的确，心理学不是万能的。

但是它会在我们感到迷茫、烦恼的时候给予一种价值观，就好像是心灵的支撑。

我其实是有过一次离异经历的。

和心爱的人结婚后仅仅一个月的时间，他就说想要和我分开。

离婚前后，我得过暴食症，精神上受到了很大的创伤。

也是由于那一段经历，我开始想：“我要从事对和自己一样因为恋爱和婚姻而烦恼的女性有所帮助的工作。

”这种想法一直到今天还在。

学习心理学之后，我可以冷静地审视自己过去恋爱和婚姻的失败，渐渐擅长于与男性的交流。

之后我再婚并且生了孩子。

有了这些经历，我希望所有的女性都能和我一样在“幸福婚姻”中灵活运用心理学。

比起男性，女性更容易全身心投入到恋爱和婚姻中去，因此有时候因为感情的事想要责怪男性。

而这个时候正是心理学出马的最好时机。

只要稍稍掌握一些诀窍，就可以得到幸福的婚姻。

在此对索尼数码娱乐的福田淳社长、喜多圆华先生、同为作家的岛田佳奈女士以及中经出版社的各位深表谢意，有了你们的帮助和支持，本书才可以问世。

最后我还要感谢一直将本书读完的读者们，我衷心祝愿你们的未来能够事事如意！

安藤房子

<<非诚勿扰>>

编辑推荐

未婚待嫁女性必看！

在婚恋中要做聪明的女性，抓住男人的心是需要技巧的！

《非诚勿扰：坐在宝马里也能笑的七十七法则》中日本首位恋爱专家将告诉你抓住幸福婚姻的窍门！

<<非诚勿扰>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>