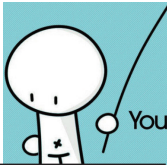




嘉宾：陈建



心理咨询师

情汤卦面

如何让聊天变得更愉悦

Q：女生说“我要睡觉了”，男士该如何回答？

A：首先，对于这个问题的场景，我必须有个设定，否则回答就是无的放矢。

比如，这个聊天是网络语音聊天，还是视频聊天？是在家里还是在其他的场所？两人是恋人关系还是普通朋友？是突然开始的一句话还是持续对话的终结？这些情况都有可能。

为了便于探讨，我先设定这是一对恋人在一起时说的话。这里就分为两种情况：

情景一：双方在一起的时候，已经很晚，男士在自己工作或者打游戏。

这个时候女生过来说：“我要睡觉了。”

这里传达的信息基本是以下两个意思：一个是心理层面需求，即表达自己的不满，寻求对方的关注。说明双方的交流过少，男士对女士的关注有限，所谓“女为悦己者容”，如果长久没有“悦己者”，那心情的低落和不满是必然有，矛盾就慢慢酝酿，然后在适当的时机爆发，这也是不少夫妻关系有问题的主要原因。

另一个是向对方发出性的信号，这是生理层面需求。

那么，如果需求搞明白了，怎么回答男士们应该有数了吧？

我个人提供个参考，对于第一种需求，男士首先要表示对女士忽略的歉意和对方对自己包容的感谢。对于第二种需求，那就回答你刚好也困了吧，彼此心照不宣。

情景二：双方一直在交流的时候，女士突然说了这么一句话。

这里传达的信息就是以下两个意思了：一是心理层面需求。即这个天被聊死了。为什么好端端地天被聊死了呢？

其实就是我们常说的“三观”不一致，没有共鸣，这样的天聊得多累啊。

我们可以看下人与人之间的沟通层次，一般我将之划为五个层次，最关键的第三层就是观点、信念和价值观的层面，这也是沟通能够深入下去的关键点，如果双方在这一层面无法达成共识或者谅解，那关系也只能止步于此，做一个泛泛之交了。

在亲密关系中也是一样，如果不能在这方面突破，不过是同床异梦而已。第二点则是同上，即表达的是一种性的需要，同样还是生理层面的。

对于上述的两种需求都明了，那么怎么回答呢？

比如，对于第一种，继续纠缠只能是更糟，适当地后退才是明智的选择。可以说：“好的，那你早点休息吧，我再好好思考下今天的聊天中我们看法不一致的地方。”

如果说是第二种，参考答复如上。

（以上问题和回答全部选自华大应用心理研究院免费心理咨询热线51688988电话记录，发表时有删节）

普通女孩更容易获得幸福？

【文/两条鱼】



一个有趣的现象是：我们身边总是那些相貌平平、并不出挑的女孩，比天生丽质的姑娘更容易获得幸福？也许，有人会说，她们心理预期不高，更容易满足，不太挑剔，心态平和。但是你有没有发现，这些相貌平平的姑娘们，不但心态好，往往也是最聪明的那个。这种聪明，并不是工于心计、步步为营，而是她们通常很会来事，善解人意，做人做事恰到好处。

近来，相亲类综艺节目《心动的信号》热播，在“信号小屋”里三对素人单身男女的日常相处桥段被心动侦探们围观。这些明星心动侦探，负责解读八位素人之间的情感交流和心动信号，并进行心动连线。

前两期节目中，有个最漂亮的小姐姐，可总是不讨喜。她颜值最高，两次分别向两个男生匿名心动告白，结果悲催的是没有一个男生敢接茬，把自己凉在半空。也许，她的个性暴露了一切：小姐姐争强好胜，因为是上戏科班出身，镜头前的表现欲很强。而往往她在群体互动中，就显得“鹤立鸡群”，没那么着调。即便向男孩们示好，都表现得太过刻意，让男生避而远之。其中一位男嘉宾更是直接送上一句膜拜：这是顶天立地一条女汉子。

在爱情面前，如果你总能做到恰到好处，分寸感十足，这条爱情线自然牢牢地拽在自己手中。

可就在这位漂亮姐姐时而“出戏”的陪衬下，两个同屋的普通女生，不论身材、颜值，着实没有出招利器，但是在与男生的互动中，却往往更胜一筹。

那个叫胡金铭的姑娘，是个走可爱路线的英语老师，倒是一个照顾周全、相当会来事的姑娘。第一天，她被分配和男2号一起做饭，沉默不语的男2是三个男生中最不懂得表达的一个，姑娘几次搭讪，都全无反应。胡金铭使用了一点点小心思。她在男2又一次叫不出自己名字的时候，仅仅抓住这个机会，佯装很受伤、很不开心，这一下，果然收获了男2的愧疚，成功引来他的关注。为了给这个话不太多的男2打圆场，她经常会主动打破沉默，引导对方进入自己设计的话题中。

比如邀请对方来拿自己和其他女嘉宾做比较：“你觉得我们三个谁的年纪最大呢？”甚至直接单刀直入：“我觉得你这人有点天真。”通常一段对话下来，胡金铭都是那个很会带节奏、主导话题的人。这

样的对话之下，就算男2再沉默，也全无低头自顾自玩手机的空暇。果不其然，毫无意外地，当晚男2就给她发来了心动短信。

姑娘的表现还远不止于此。对那个很直接表达好感的男1，她更是用心回应。比如，当发现男1比自己大八岁时，她会立刻给他吃一剂定心丸：“我喜欢年龄大的。”说真的，她还真是一个很会察言观色，很懂带动情绪的姑娘。她知道男1中意自己，于是当男生过来没话找话说“晚上不要吃水果，对身体不好”时，她就乖巧地答应：“明天吃。”然后又顺水推舟，为明天多留了一个交谈的理由。

在爱情面前，如果你总能做到恰到好处，分寸感十足，这条爱情线自然牢牢地拽在自己手中。就像《延禧攻略》里的魏璎珞，在后宫三千佳丽中，绝不是那个艳冠群芳的人，可以说，更是相貌平平、举止乖张。但是她却古灵精怪，特别擅长投其所好、欲拒还迎，最后搞得乾隆爷时时挂念、用情至深。魏璎珞的过人之处，就是因为她聪明伶俐。

所以说，幸福面前，你手中的筹码绝非只有美貌这一单项，修炼内功可是一辈子的功课。

2019款KX3成都车展上市 焕新升级撩动你心

8月31日，东风悦达起亚2019款KX3在第二十一届成都车展正式上市，共发布1.6L时尚版、1.6L时尚天窗版2款车型，官方指导价分别为10.98万元和13.28万元。

2019款KX3化繁为简，不仅将现有6款车型整合为2款，还对车身颜色进行了调整，推出墨丹红、墨栗棕、玄武白3款双色车身和1款透明白单色车身，降低了消费者的购车难度和选择成本。其中，3款双色车身均采用黑色悬浮式车顶，既绚丽又前卫。2019款KX3外观设计传承时尚动感设计基调，融入更多户外运动元素。



KX3的丰富配置与高性价比一直深受市场好评。2019款KX3再进一步，起售价降低7000元，车辆配置却持续升级，缔造越级驾乘体验和价值感知。在现款车型基础上，新增TPMS独立数显胎压监测系统、DBC下坡辅助系统、自动灯光控制等多项安全配置。

2019款KX3的面世，既传递出东风悦达起亚精益求精，追求高品质、高价值汽车产品的态度，也彰显了企业践行年轻化战略的决心。与年轻消费者携手同行，2019款KX3将助力企业SUV商品阵营强化与竞争实力提升，取得更优秀的市场业绩，焕发更强大的品牌活力。