

<<每天懂一点恋爱心理学>>

图书基本信息

书名：<<每天懂一点恋爱心理学>>

13位ISBN编号：9787561348833

10位ISBN编号：7561348835

出版时间：2010年9月

出版时间：陕西师范大学出版社

作者：原田玲仁

页数：201

译者：郭勇

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>

<<每天懂一点恋爱心理学>>

前言

前言没有爱情的人生是黑白的！

当我们喜欢上一个人，但无法表白或遭到拒绝时，会茶饭不思、彻夜难安，痛苦到甚至失去生活的勇气。

可如果对方接受了自己，那种若狂的欣喜又好似世界上最幸福的感觉。

痛哉！

喜哉！

皆源于那“该死的爱情”！

另外，恋爱还能使人成长，在恋爱中体验到的喜怒哀乐，是最好的成长催化剂。

有人说，爱情既是人生力量的源泉，也是制造彻骨痛苦的毒药。

由此可见，爱情是左右人生的一个重要存在。

尽管如此，人们对恋爱的原理却知之甚少。

人开始恋爱的时候，到底被对方的哪一点所吸引？

为什么会喜欢上对方？

“喜欢”这种感情究竟源自哪里？

……我们不了解的问题还有很多很多。

这本书将为您解答有关恋爱的所有问题，并借助心理学理论来剖析“恋爱”的真实面目，帮助朋友们构筑健康的、最适合自己的恋爱形式。

本书除了介绍“恋爱中存在的心理倾向”外，还会用脑科学的理论为您解答“为什么会存在这种心理倾向”。

因此，这不单是一本解读“恋爱心理学”的书，还是一本“恋爱科学”书。

在研究恋爱的时候，我并没有拘泥于心理学理论，而是从多个角度为大家解说“这该死的爱情”。

在心理学的领域中，“恋爱心理学”作为一个新兴的学科知名度还很低。

不过，在人生之中又有什么比“恋爱”更牵动人的心弦、更能制造出不可思议的心理效应呢？

掌握了有关恋爱的心理学知识，不仅可以使我们的“恋爱之路”变得顺畅，还能从中学到很多为人处事、待人接物的技巧，从而建立更加和谐的人际关系。

下面简单介绍一下本书的章节设置。

序章算是一个导入部分，为您简要介绍男女之间奇妙的关系以及复杂有趣的心理；第一章从“恋的开始”入手，交待恋爱的“时间”、“地点”和“人物”。

第二章，“恋的发展”。

想要拉近彼此之间的距离，该采取怎样的行动才合适？

您可以在这一章中找到答案。

我将为大家介绍几种约会技巧。

第三章，“从恋到爱，恋人的恋爱心理学”。

对恋人来说，该怎样加深彼此的了解、增进感情、并使恋爱升华？

这是第三章我们要解决的问题。

此外，我还会为您介绍恋爱的原理。

第四章，“从爱到依恋，夫妻的恋爱心理学”。

“人为什么要结婚？

”、“依恋是怎样一种感情？

”围绕这些问题，我们共同来探讨有关婚姻以及夫妻生活的心理课题。

第五章，“恋爱的危机、破裂以及重整旗鼓的恋爱心理学”。

当人面临失恋、离婚时，会呈现怎样的心理状态？

我将为大家讲解恋爱危机的背景，希望可以帮遇到挫折的朋友们减轻痛苦、并尽快振作起来迎接崭新的生活。

第六章是最后一章，介绍一些有关恋爱的杂学以及几部经典的爱情电影。

<<每天懂一点恋爱心理学>>

在这一章中，我们要抛开心理学，从其他角度来审视爱情。

这本书的总体结构就像是恋爱的过程：“相遇（第一章/恋心）” “恋的发展（第二章/通向爱情之路）” “爱情加深（第三章/恋人）” “结婚（第四章/夫妻）” “分手，下一次恋爱（第五章/分手）”。

您可以从头读起，也可以从自己所处的环节开始读。

最后，向读者朋友介绍一下插画中出现的嘉宾小猴子。

它们头上带花，花的颜色代表心情。

我称它们为“样本猴”，是“日本猴”的亚种，而且是一种稀有动物。

顺便说一下，样本猴的家庭为一夫一妻制。

如果公猴出轨被母猴发现的话，结局就是被母猴用“家庭暴力”打得半死。

不管怎么说，能请到稀有动物为本书做演示，我真是三生有幸。

在此，对“样本猴”们的倾情表演表示特别的感谢！

木瓜制造/原田玲仁

<<每天懂一点恋爱心理学>>

内容概要

懂得心理学，强力提升恋爱运！

这是一本给想谈恋爱、正在谈恋爱、甚至失恋的人看的心理学。

本书和您分享的内容有：恋爱的多发时机和多发地、男性和女性在不经意间会喜欢上的异性类型，拉近彼此距离的约会技巧和约会秘笈、让恋爱升华的恋爱原理、保持夫妻和恋人关系稳定的心理学、出轨的心理原因以及戳穿谎言的方法……为您全程揭秘男女之间奇妙的关系以及复杂有趣的心理，教您更好地谈恋爱，让恋爱之路更顺畅。

<<每天懂一点恋爱心理学>>

作者简介

原田玲仁，喜欢标新立异，于2003年创建名为“木瓜制造”的企划制作事务所。该事务所的业务范围包括策划、编辑、设计等，涉及领域十分广泛，目前已涉足电影、娱乐、餐饮和体育等诸多行业。

原田玲仁灵活运用色彩学和色彩心理学，为多家企业进行色彩搭配策划和Logo（标识）设计

<<每天懂一点恋爱心理学>>

书籍目录

前言

序章 不可思议的男女心理

人为什么会恋爱？

- 从进化心理学看恋爱
- 从友情到恋爱

女人为什么要化妆？

为什么娱乐圈的离婚率很高，甚至出现“闪电离婚”的现象？

- 倾诉交流与互补关系的重要性
- 角色性格与经济独立

什么是恋爱心理学？

恋爱调查

“恋”与“爱”的区别在哪里？

第一章 恋的开始

恋在“何时”产生？

- 初恋时期
- 谈恋爱的高潮时期
- 人这一辈子，恋爱要谈到什么时候？

人在“何时”谈恋爱？

恋又在“何地”产生？

- 恋爱感情与距离成比例
- “滑雪场魔力效应”的不可思议之处
- “第一印象”至关重要

恋与“何人”产生？

- 自己喜欢的异性所具有的特征
- 女性在不经意间会喜欢上这样的男性
- 男性在不经意间会喜欢上这样的女性

恋开始的“第一印象”

- 光环效应 / 外表非常重要
- 脸是第一印象的关键
- “笑”的技巧
- 视线与手的动作

为什么会发生“一见钟情”？

“一见钟情”是真正的爱情吗？

<<每天懂一点恋爱心理学>>

女性通过嗅觉选择男性

- 性信息素使女性憧憬爱情
- HLA类型是女性选择男性的重要依据

男性通过视觉选择女性

第二章 恋的发展

拉近彼此的心理距离

- 频繁见面
- 常出现在对方附近，让对方了解自己
- 向对方倾诉一些自己的秘密
- 寻找共通的地方
- 请男士帮忙
- 不停赞美
- 总结

约会的技巧

- 让步性请求法 / Doorinthe face
- 阶段性请求法 / Foot in the door
- 通过电子邮件或电话约会对方

约会秘笈

- 男性篇 / 初次约会如何选择餐厅
- 男性篇 / 初次约会时的言行举止
- 女性篇 / 运用色彩心理学巧扮“约会装”
- 女性篇 / 初次约会时的言行举止

第三章 从恋到爱，恋人的恋爱心理学

可以增进感情的场所

- 酒吧的恋爱效果
- 可以看烟花或夜景的地方
- 恐怖电影和过山车
- 开“火锅派对”，拉近彼此关系

障碍反倒能使爱情的火焰越烧越旺

礼物不要太昂贵

适当接触，促进恋情发展

恋爱的原理

恋爱是盲目的吗？

女性喜欢被爱的感觉

第四章 从爱到依恋，夫妻的恋爱心理学

人为什么要结婚？

- 文化背景与经济、精神的安定
- 从直立行走中诞生的婚姻体系

婚姻真的是爱情甚至人生的坟墓吗？

为什么会出现“恐婚症”？

从“爱”到“依恋”的感情变化

为什么男性“得手后就不理不睬”？

<<每天懂一点恋爱心理学>>

保持婚姻幸福的SVR理论
使太太变年轻的粉色效应
维持夫妻之间良好关系的法则
· 丈夫可以为妻子做的事
· 妻子可以为丈夫做的事
第五章 恋爱的危机、破裂以及
重整旗鼓的恋爱心理学
恋爱、依恋也有保质期？

人为什么会离婚？

“三年之痒”

保持夫妻、恋人关系稳定的心理学
· 不听人说话的男人讨人嫌
· 不可取的吵架方式
· 吵架也有规则
· 单调作业的神奇效果
什么是“嫉妒”？

嫉妒的男女差异

人为什么会“出轨”？

为什么男性“出轨”基本上都逃不过女性的法眼？

通过动作看穿对方的谎言

通过语言看穿对方的谎言

陷入“不伦之恋”无法自拔的人们

失恋的心理

人可以经受多次失恋的打击

第六章 有关恋爱的杂学

有关恋爱的杂学

- 订婚戒指的起源 / 有趣的订婚形式 / 有的公司居然给吵架的夫妻放假
- 情人节的由来, 白色情人节由来, 谜一样的黑色情人节
- 昔日的相亲照片 / 婚纱为什么是白色的？

爱情电影是最好的“恋爱参考书”

- 《泰坦尼克号》 / 障碍和独特的舞台让爱情的火焰越燃越旺
- 《恋恋笔记本》 / 恋爱参考书中的杰作
- 《新郎不是我》 / 异性之间存在友情吗？

- 《我的野蛮女友》 / 男性的保护欲和互补性法则
- 其他的恋爱参考书

后记

章节摘录

男性通过视觉选择女性~男性喜欢的女性腰身比例~男性又是凭什么标准来选择女性的呢？

1997年，美国研究人员以332名宾夕法尼亚大学的学生为研究对象，调查分析了他们选择恋人的标准。结果也证实，“气味”在女性选择男朋友的时候意义重大；而对于男性来说，外表是他们选择恋人的重要标准。

有一位进化生物学家认为，大多数男性看女性身体时，会把目光更多地投向女性的“腰身”。

这里所说的“腰身”，是指腰部和臀部之间的曲线。

女性的腰身存在明显的个人差异，而决定腰身曲线形状的是雌激素。

从女性腰身的曲线形状，我们可以了解女性身体的很多情况。

比如，腰围和臀围相差不多、腰身曲线比较平缓的女性，更容易患上糖尿病、高血压、心脏病、癌症等疾病。

而且，由于腰身曲线的形状是由雌激素决定的，我们还能由此判断女性体内的激素分泌水平等健康状况。

而男性出于传宗接代的本能，自然会选择健康的女性作为伴侣。

因此，也会无意识地留意显示女性健康状况的各种信息，腰身的曲线形状就是其中一个重要信息。

另外，生物学家还对男性喜欢的女性腰身曲线形状进行了调查。

结果发现，腰围与臀围比例为7：10的女性腰身曲线形状最受男性青睐。

不管胖瘦，只要达到这个比例就好。

例如，腰围59cm、臀围84cm，或腰围63cm、臀围90cm等。

研究人员还对描绘女性身体的330件美术作品进行了分析，结果令人吃惊，画中女性腰围与臀围的平均比例竟然也是7：10。

不过，男性心目中的女性理想体型也受到地域和文化的影响，腰围与臀围比例为7：10并不能通行天下。

据说在南美洲和非洲，上下一般粗的圆柱形体型是富裕的象征，也是最受男性欢迎的女性体型。

人为什么会“出轨”？

~寻求伴侣身上没有的东西~人出轨的理由多种多样。

从本能上说，男性希望留下“数量更多”的子孙，而女性希望留下“质量更高”的子孙。

男性除了伴侣之外，还想和更多的女性生育后代；而女性在养育一个孩子之后，又想寻找新的“质量更高”的男性生育后代。

不过，这些只是人类的本能，如果按照本能行事，那么人类和动物又有什么区别？

在我们人类社会，有严格的道德规范和法律制约，所以人们的出轨行为得到了一定的抑制。

不过，不管男性还是女性，其出轨行为不能完全归咎于本能。

当恋爱或夫妻关系维持很长时间之后，彼此之间的不满也会逐渐暴露出来。

如果无法通过正常途径消除不满，有时，出轨就成了一个选择。

人会从其他异性身上寻求伴侣身上没有的东西，来满足自己的猎奇心理，并借此消解心中的不满。

很多妻子生了孩子后，就把丈夫从原来第一的位置上拉了下来。

对丈夫也不像以前那么温柔了，还经常对他发牢骚。

遇到这种情况，丈夫自然会感到失落。

此时，如果外面有其他年轻女性对自己尊敬有加、温柔体贴，丈夫很快就会失去抵抗力。

在柯立芝效应等心理效应的作用下，丈夫就不会对妻子那么忠心了。

当妻子生了孩子后，在丈夫眼中，妻子的身份也发生了变化：她不再是原来那个美丽动人的少妇了，而变成了孩子的母亲。

此时，如果妻子面前出现一个聪明又体贴的男人，并把自己当女人（而不是母亲）对待的话，她的芳心很快就会被俘获。

综上所述，当发现自己的伴侣出轨时，不能把责任都推到他（她）一个人身上，也要从自身找问题。

对女性而言，为了防止丈夫出轨，要不断地让自己成长。

<<每天懂一点恋爱心理学>>

即使青春的容颜不易留住，至少要保持一颗温柔的心，并不断给对方带来新鲜感，这样才不至于让丈夫对自己失去兴趣。

后记

后记恋爱改变人生恋和爱，将给人生带来巨大的改变。

恋爱，可以让人成长；爱屋及乌，爱上一个人就会去喜欢他（她）喜欢的东西，从而拓宽自己的视野、增长知识、丰富兴趣爱好；关心一个人，让我们变得温柔、善解人意；为了让对方也喜欢自己，我们还会积极地磨练自己的性格……不过，恋爱有时也会让人学坏，甚至存在崩溃的可能性。

因为爱屋及乌，在情人眼中，对方身上的坏毛病也能变成可爱之处。

对于恋人的错误行为，我们也会睁一只眼闭一只眼，有时甚至还会“同流合污”。

由此可见，恋爱是一把双刃剑，既可以让人成长，也可能使人堕落。

随着心理学和脑科学的发展，关于人类产生恋爱行为的秘密，大部分都已得到科学清楚的解释。

如果我们掌握了恋爱的原理，就不会被恋爱弄得昏头转向。

反过来，还可以享受更加丰富多彩的爱情，让爱情成为我们成长的动力，而不是堕落的催化剂。

最近，男女恋爱的形式发生了很大的变化。

从本能的角度来看，恋爱原本是人类为了传宗接代而逐渐形成的一种关系模式。

然而，在现在的年轻人眼里，恋爱和结婚、生子似乎没有太大的关系。

而且，随着“草食男”和“肉食女”的出现，人们对恋爱的理解更加变得前卫。

恋爱的目的已不再仅仅局限于传宗接代，而成为让人生过得更加丰富多彩的一种手段。

另外，最近“受语言左右”的人越来越多了。

很多人除了对话外，很难通过其他交流方式读懂对方的真意。

结果，人变得越来越肤浅，对浅显的语言忽喜忽忧，有时还造成巨大的伤害。

可是非常遗憾的是，并不是所有人都能准确地用语言表达自己的想法。

有时，心里想“东”嘴上却不知不觉地说“西”；本来兴高采烈，可写出的文字却撕心裂肺……我们不能再受语言和文字的任意摆布了。

首先，不能把语言和文字当成表达心情的唯一手段，与此同时，也不能仅靠语言和文字来判断他人的感受。

其次，应该打开自己所有的“感知器官”，运用各种手段表达自己，并通过各种信息判断他人。

只有这样，人才有趣，恋爱才有魅力！

恋爱可以改变人生。

变好还是变坏，全看个人的造化。

只有把握恋爱深层次的原理，才不会被表面的感情所左右。

这样在体验精彩恋爱的同时，也能让自己的人生变得与众不同。

如果这本书能对您的恋爱道路有所指引，能给您的人生带来些许快意的话，我将感到万分荣幸！

木瓜制造/原田玲仁

<<每天懂一点恋爱心理学>>

编辑推荐

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>