

<<恋爱不安>>

图书基本信息

书名：<<恋爱不安>>

13位ISBN编号：9787030153067

10位ISBN编号：7030153065

出版时间：2005-1

出版时间：科学出版社

作者：香山理香

页数：146

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>

## <<恋爱不安>>

### 内容概要

“心灵药方系列”是一套旨在帮助现代人排解因工作压力大、紧张度高、生活节奏快而引发的一系列心理问题的图书。

本套书的作者全为长年从事临床心理治疗的专家，他们以自己的亲身体会为主线，将缓解心理压力的要诀娓娓道来，从而帮助读者重塑健康的生活理念，培养适当的处事技巧。

本书是该系列之一。

它以与我们每个人都息息相关的恋爱为话题，从另一个视角为我们剖析恋爱过程中双方的微妙的思想变化，尤其是不安的心理。

本书内容包括：没有约会、恋爱是人生的万能药吗、见不得又离不开、恋爱和疾病只有一纸之隔、结婚就是胜利吗、恋爱不安的心理机制、走出不安阴影。

本书为大众读物，适合上班族，白领阶层，以及心理学、社会学专业的学生阅读。

## <<恋爱不安>>

### 作者简介

香山理香，1960年生于日本北海道。  
后毕业于东京医科大学，获精神病医学学位。  
曾经担任神户艺术工程大学助理教授，现任日本帝冢山院大学教授。  
素以临床经验丰富著称，在新闻杂志等媒体发表多篇社会评论、文化评论、书评。  
其对抑郁症的理论见解被绝大数精神医学家所认同。  
近年来发表过的著作有《我的爱国心》、《同抑郁症患者谈心》、《内心时代》、《再见了，踌躇不定》、《新闻狂热》、《也谈就业恐慌》。

## &lt;&lt;恋爱不安&gt;&gt;

## 书籍目录

第1章 没有约会恋爱万岁	2谈恋爱就一定很好吗?	
6不能和谁都约会的理由	9你想要什么样的对象?	
11第2章 恋爱是人生的万能药吗?事业与爱情没有区别		16 “不能
没有男友的女孩”	19 “是选有地位的男士还是随便找谁都可以?”	23别无选择
	26有男朋友仍不满足	29第3章
见不得又离不开一天120条短信	34普通的女人	
36事业和朋友都不要	40恋与爱不同	
44被对方拒绝怎么办	47为什么和这样的男人交往?	
49一个人的执著	52第4章 恋爱和疾病只有一纸之	
隔理想与现实	58婚外恋的期望	
60从“命中注定的恋爱”到“独角戏”	64心情无法转换	
68和有暴力倾向的男人相爱的满足感	70 “他抛弃了我,我要报复他”	
73即使是恋人也形同陌路	76常去“女人俱乐部”的毛病	
78第5章 结婚就是胜利吗失败者为什么会输		84即使
努力也无果	85恋人给的最好礼物	89
由母亲引起的矛盾	92 “自己决定”的价值	
95第6章 恋爱不安的心理机制恋爱应该是快乐的		100正常的爱还是
病态的爱	102爱是成长吗?	107森田正马的“
茶泡饭的爱情”	109 “就靠你”	113自己的
爱是倾斜的	116第7章 走出不安阴影如今的恋爱是人类恋爱史上绝无	
仅有的	122心智发育的周岁门槛	126渴望成年
	129治疗恋爱不安的十一剂良方	132后 记
	141译者跋	147

## &lt;&lt;恋爱不安&gt;&gt;

## 章节摘录

在弗罗姆的眼中，“正常的爱”究竟是什么样的呢。

弗罗姆是这样说的：“两个人只有在生存的中心进行相互交融时，才可能产生爱。

……爱充满了无限挑战。

这样的爱才能成为不断的鞭策，鼓舞双方共同努力、共同成长和前进，而不是埋葬爱情的坟墓。

而且，无论双方是和睦相处还是发生冲突，无论双方是感到愉快还是感到悲哀，这些都是次要的，最重要的是双方在这样的爱中体验到了自己生存的实质，以及双方在这样的结合中不是逃避自己，而是与自己同在。

” 恋爱可以带给我们喜悦和安宁，当爱情受阻时，面对纷至沓来的不安和悲伤，我们应该如何对待呢。

弗罗姆说，恋爱的意义并不取决于让人感到愉悦或是悲哀，因为恋爱不会停滞，它会给予人成长的朝气与力量。

而我们关心的是恋爱P107能带给我们多少像兴奋、激动、陶醉、舒适这样愉快的情绪。

“这份爱很辛苦，但只要是我想要的爱，再辛苦也有意义”一边这样想一边忍受艰辛的人现在会是怎样的情况呢？与“爱是安息之地”相比，弗洛伊德的“爱是性欲的满足”的理论更具有说服力。

这样看来，《爱的艺术》这本名著中所论述的爱，和我们今天所讲的爱具有完全相反的性质。

然而，弗罗姆并不是一个上进心很强的人。

其他的心理学家大都赋予了爱积极的意义，认为爱是一种成长。

作品畅销日美两国的临床心理学家史考特·派克，在其著作《爱与心理学》(创元社1987年)中是这样定义爱的。

“爱是一种有助于人的精神成长，可以开阔人的胸襟的意志”。

这里出现了“成长”这个词。

派克认为，一时的热恋不是爱，他彻底否定了真正的爱里没有“爱的感情”，以及恋爱中不伴随努力和意志的说法。

“真正的爱，即使在缺乏爱的感情，即感觉不到爱的情况下，也是真实存在的。

从现实出发体会爱的定义，‘随爱坠落’的感觉显然不是真正的爱”。

从这里我们可以想像出，派克和弗罗姆一样，认为浪漫的爱、依存的爱、舍己为人的爱都不是真正的爱。

但P108“爱是不会为了成长而屈服于人的意志、努力和感情的。

”这样一来，我们不免会想自己现在拥有的到底是不是爱。

于是精神科医生和心理学家等专家都从非常严格的角度审视恋爱，极力排除其中的感性要素和浪漫要素。

P109

## <<恋爱不安>>

### 编辑推荐

恋爱，是一件非常甜蜜、幸福的事情。  
然而，随着两人开始认真地交往，许多问题也就像打开潘多拉的盒子一样一下子全都冒了出来。  
烦恼、痛苦接踵而来。  
为什么人们会因为恋爱而痛苦？  
为什么现在的年轻女孩虽然想认真恋爱，但却迟迟不能满怀自信地去享受爱情？  
现在，就让我们一起在如今这个倡导纯真爱情的年代试着去重新解读恋爱吧！

<<恋爱不安>>

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>