第一图书网, tushu007.com

<<爱情心理学>>

图书基本信息

书名：<<爱情心理学>>

13位ISBN编号：9787504478863

10位ISBN编号：7504478865

出版时间：2012-10

出版时间：中国商业出版社

作者：张超美

页数：300

字数：200000

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

第一图书网, tushu007.com

前言

心理学中的爱情距离有多远　我们知道，心理学的研究主要有两个目的，一是理解机体为何如此行动、感觉和思考；二是运用这些知识来提高人类机体的运作效能。
因此几乎任何人类活动都能成为心理学家的研究对象，但在实践中，心理学家更多的是对人的心理而非生理过程进行研究。
正是基于此，本书的爱情心理学也就是一种非生理的研究过程，其主要目的就是要让我们从心理学的角度去好好经营我们的爱情，只有这样，我们才能感受到爱情的甜密。
那么，我们如何在漫漫爱旅中维护好两个人的关系？
如果让爱情保持长久？
对此，我们必须学会一些心理学中的法则，然后用这些法则来指引我们把爱情经营得更好。
　在心理学的范例中，曾经有一位心理学家做了这样一个实验：把十几次刺猬放到寒冷的户外空地上，为了取暖，他们只好紧紧地靠在一起。
但是，在他们互相靠拢后，他们又因为忍受不了各自身上的长刺，很快又各自分开了。
在经历了这样的多种情况后，刺猬终于找到了一个适中的距离，既可以相互取暖，又不至于被彼此刺伤。
这就是“刺猬理论”。
　在我们的爱情过程中，我们也需要这种“刺猬理论”，一定要保持适当的距离，以保证我们的爱情能够正常地发展下去。
因为每个人的观念、文化、知识、性格等方面的差异必然会影响到自身的处世态度和交际方式。
就算是一家人，过于亲密时，个性的差异就会明显、突出起来，就免不了会发生碰撞、摩擦。
　虽然每个女人都向往美好的爱情，都希望寻找到自己在少女时代梦想得到的白马王子。
但有有关研究女性的心理学的专家，通过大量的对女性心理测试，得出了这样的一个结论：对于一个女人而，在她的一生中，你应该遇到三个男人。
但最终你选择走进婚姻殿堂的只有一个，而这一个的选择就在于你和他的交往过程中产生了一种距离美。
换言之就是，如果恋人之间没有找到合适的相处方式，没有保持一定距离，则往往会想到逃避；而当离开后没有了纷争又开始想念，继而又聚在了一起。
所以说，“亲密有间，疏而不远”的处事方式就显得尤其为重要了。
　那么，从心理学的角度来看，一个女性生命中的三个男人是什么类型的人呢？
心理学家已经为我们指出：一类是远远的瞻仰你的人；一类是被你来用欺负的；还有一类是收复你的。
基于此，我们来看心理学家是如何为我们分析的。
　1.远远的瞻仰你的人　他是一个暗恋人，他总是站在远处关注你，他总是对你的细碎琐事都在意，五年或十年后，当他遇到你，他居然还能若无其事般说出那一年，那个夏天，你穿的那条兰色小花的裙子，还有阳光下，你美丽的脸上的笑容。
　想一想你本来一直觉得每天都是那么的平淡如水，但却有一个将关于你的点点滴滴默默收藏，悄悄酝酿，一直等到那平淡的水变成了酒，而多年后的你才无意间揭开瓶盖闻到那浓郁那芬芳。
　女人的一生中，若没有尝过这种被人默默暗恋的滋味，那该是多么遗憾。
　2.被你用来欺负的　当你以爱情的名义俘虏了他，于是他变成了你的勇敢的卫士和忠诚的仆人，于是他在黑夜里送你回家，在大热天跑去为你买冰激凌，在舞会上他虎视耽耽害怕连当仆人也有人来争，害怕失去这个卑微的职业。
他的微笑对你最重要，你的叹息能让他心如刀割。
你的眼神就是他的指南针，而你的心灵就是他要探索的宝藏。
如果一生中你没有这样的称王称霸的时刻，该是多么乏味。
　3.来收复你的。
　你在第一个人面前，是神。

第一图书网, tushu007.com

在第二个人面前，是女王。
而在第三个人面前，你是卑微的女仆。
刚开始你反抗，你挣扎，你不愿被征服被俘虏被收复，你也决不愿乖乖的就此投降称臣。
可是，渐渐地就像那小王子驯服骄傲的狐狸一样，你被驯服了。
你心甘情愿的被他占领你的心田，你死心塌地的以他为王。
在你的一生中，不管你多么漂亮，多么才情，多么高贵，如果你的心没被别人以爱情的名义侵占俘虏过，那你的人生该是多么残缺。
　而作为女人，你将选择与谁来共渡人生呢？
那取决于不同的女人、不同的心智、及其不同的性格了。
但更重要的是你要运用心理学中的一些法则，就像“刺猬法则”一样，合适的距离才能让彼此幸福。
在这样的情况下，所以我们就要做到理解以下几点：　第一点：从爱情心理学的角度来看，爱情中也需要隐私，不要肆意地去盘问或偷窥另一半的隐私。
作为两个不同的个体，注定了每个人都有一个小小的“私人”空间要留给自己。
心理学家指出，人人都有“公众自我”和“私人自我”，也就是说，我们在人前是一个样子，而内心世界中又会存在一个自我。
即使面对伴侣，也会隐藏一部分“私人自我”。
三毛曾经说：“我的心有很多房间，荷西也只是进来坐一坐。
”　所以说，心理学家告诉我们，不要每天都想要黏在对方的身边，留一点时间让爱人去想念，想念会让爱情升温，何乐而不为？
没有一点自由的空间，只会让对方感到压抑和无所适从。
　第二点：不要太过依赖对方，要尽量做到经济独立。
金钱是个敏感的话题，恋爱中的男女涉及经济利益马上翻脸的例子不在少数。
感情归感情，金钱归金钱，还是泾渭分明的好。
　第三点：爱情需要关怀和理解。
如果爱情里面只剩下了争吵，把在工作上或生活上遇到的所有不如意都一股脑地发泄到另一半的身上，长此以往，爱情是迟早会被消磨殆尽的。
对另一半的关怀和爱无止境地挥霍，只会加速爱情的瓦解。
相信你付出的每一份体贴与爱，他都无法再感到。
　第四点：扩大自己的社交圈，拥有属于自己的空间。
对方永远不是自己的全部，如果把全部的心思都放在爱人的身上，则容易在爱情中迷失自己。
恋人之间如果保持了适当的距离，只是为了多给彼此一点属于自己的时间和空间，还要付出自己的关怀，让对方感到温暖，这样才公更快地融合，让两个人都感受到爱情的喜悦与舒服。
　张爱玲曾说：“不管你的条件有多差，总会有个人在爱你；不管你的条件有多好，也总有个人不爱你”，在对的时间遇到对的人，这是一种缘分，而这种缘分恰恰需要耐心等待，需要经历种种挫败才能遇见，在你的世界中总会有个人比想象中更爱你。
　正因如此，人们才会说，爱情是人类感情中最美妙的一种体验，决定了每个人戏剧般的人生，是成长经历中最基本的和最精彩的情节。
当一个人在选择自己的另一半时，要么是选择自己爱的人，要么是接受一个爱自己的人，然后试着让对方爱自己，或者试着让自己去爱对方，这就是最普遍的恋爱。
两个人都一见钟情的爱情很少见，因此，恋爱更多是一个人去试着爱另一个人的过程。

第一图书网, tushu007.com

<<爱情心理学>>

内容概要

爱的感觉，总是在一开始时觉得很甜蜜，总觉得多了一个人陪你，多了一个人帮你分担。
你终于不再孤单了。
但是慢慢地，随着彼此认识的加深，你开始发现了对方的缺点，于是问题一个接着一个发生。
你开始烦、累，甚至想要逃避。
有人说爱情就像在捡石头，人们总想捡到一个适合自己的，但是你又如何知道怎样才能够捡到呢？
《爱情心理学》将会告诉你这一切。

《爱情心理学》由张超美编写。

第一图书网, tushu007.com

<<爱情心理学>>

书籍目录

第一章 拉开爱情的序幕
爱情始于恋爱
突破爱情的心理防线
在互补中相爱
爱情中的耐心
主动创造爱情奇迹
爱情其实很美好
爱情是可以公平竞争的
爱情需要什么样的距离
爱情也需要注意细节
爱情不是两个人的事
爱情不是生活的全部
爱情需要什么样的恋爱心理
第二章 不让爱情有障碍
爱情渴望什么
情感是何物
培养表达爱情的能力
剔除爱情中的烦恼
走出爱情的误区
时间是爱情的检验师
爱情也需要沟通
爱情心理学中的情商观
第三章 用阳光的心态对待爱情
放手让爱的人走
给旧爱的笑忘书
消化残留的爱与恨
不要让爱情产生恐惧
当爱情走到尽头时
爱情没有谁对谁错
第四章 爱一个人不需要理由
爱情需要你勇敢地去表白
找一个值得托付终身的人
怨恨爱情的苦果
两个人的差距不要太大
需要补的爱情课
恋爱过程中的言辞
恋爱语言的妙用
第五章 给对方一个自由的空间
坚守自己的爱情低线
不要尝试改变爱情
爱情是需要空间的
衡量爱情的距离
成就你的爱情路
爱情有没有内存
第六章 爱要大声说出口

第一图书网, tushu007.com

<<爱情心理学>>

大胆说出你的爱
做一个调配爱情的高手
选择适合你的爱情
学会孕育自己的爱情
你会照料自己的爱情吗
爱情有一见钟情吗
爱情也需要等待
女人婚前要学会爱
第七章 爱情是很现实的
爱情离天堂有多远
总会有人真的爱你
爱情中的晕轮效应
爱情没有谁高谁低
不要期待最佳人选
让外表悦目赏心
为婚姻酿点“醋”
第八章 做回你自己
找个适合自己的人来爱
不要在爱情里丧失自我
不要过分依赖对方
爱情中的登门槛效应
找对方式爱自己
装满“爱的油箱”
时常添加润滑剂
爱情与忠诚
第九章 爱情的升华是婚姻
没有爱情的婚姻是什么
为了婚姻共同创造爱情
婚姻是河流
婚姻不是爱情的填补
真诚地欣赏对方
婚姻不需要刻板
离婚不是最佳选择
婚姻需要相敬如宾
打造幸福婚姻生活

第一图书网, tushu007.com

章节摘录

版权页： 还有就是很多被女孩拒绝的男人，他们在其他人面前因此会感到无地自容。
其实，这只是一个人单方面的感觉。
在更多人的眼里，男人追求一个女孩，无论是成功还是失败，那都是一件美好的事，因为那可以显示出一个男人的多情与血性。
追求成功了，那就是完美；追求失败了，那也是人生的一段浪漫。
爱情，其实一种有缘有份的结合，就是说在千人万人中怎么就遇见了一个你，结果是什么原因走在了一起，这都是一种缘份。
相遇相知相爱，太不容易了；可惜，太多不可抗拒的因素让我们不得不分离，这是宿命的结局，这不是我们的错，这是命运的错。
我们知道，恋爱是美好的，但恋爱之舟驶向婚姻彼岸的过程却不是一帆风顺的。
其间，由于双方性格的不同，对某些问题所持观点的差异，一方言行的失当或对对方言谈理解上的偏差等因素，彼此之间总难免会出现一些感情上的磨擦。
俗话说：懂得爱自己，才能去爱别人。
现代越来越多的女人开始用各种方法来珍惜自己。
有人说“珍惜自己”是当今新女性最流行的口号，也算是平衡爱的天平的良方。
珍惜自己的真正用意，应该是爱自己，也就是自爱。
所有的女孩子都希望自己的男朋友是真心地爱着自己。
23岁的周宁是个如花似玉的女孩子，但是她在学校的时候曾被迫与一位老师发生了关系，所以后来就一直抬不起头来。
工作以后，单位的一位同事拼命地追求她，最终她被她的热情所打动，和他建立了恋爱关系。
因为以往心灵上的创伤，她分外珍惜这一段感情。
几个月的时间过去了，男朋友提出想要跟她结婚，周宁考虑到自己年纪还小，就没有答应，为此，他们发生了争执，一连几天都闷闷不乐。
几天后，男朋友又提出来要与她发生关系，周宁想到自己以往的经历，没有答应，没想到，平时一向温文尔雅的男朋友竟然气愤地拂袖而去，周宁忽然感到自己的世界失去了所有的阳光。
过了几天，她的男朋友带着礼物来看她，并且向她道歉说自己不该那么粗暴，周宁原谅了他，这样的情况又发生了几次。
为了保住这份爱情，终于周宁在男朋友的又一次恳求后以身相许了。
然而令人没有想到的是，就是周宁这一次的献身，从而使她失去了这份被她视为精神支柱的爱情。
因为她的男朋友发现她不是处女，他骂她假正经，说她不知道和多少人鬼混过。
周宁没有想到事情竟会是这样一个结果，她跪下恳求他不要离开，说为了他什么她都愿意做。
但是他却说两个人的缘分已经尽了，再也没有挽回的余地了。
事情发生以后，周宁又好几次低三下四地去请求她的男朋友不要抛弃她，每次和他见面，她都会再一次和他发生关系，而每一次她也会受到那个男人无情嘲讽和唾弃。

第一图书网, tushu007.com

编辑推荐

《爱情心理学》是一本让幸福醇香的婚恋心理学，当人性的弱点打破了爱情需要平衡的时候，爱情就会随之被颠覆。

第一图书网, tushu007.com

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