

<<女人要懂点恋爱心理学>>

图书基本信息

书名：<<女人要懂点恋爱心理学>>

13位ISBN编号：9787506472418

10位ISBN编号：7506472414

出版时间：2011-4

出版时间：中国纺织出版社

作者：上官文殊

页数：272

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>

<<女人要懂点恋爱心理学>>

前言

爱情是人们生活中必不可少的组成部分。
每个女人可能都要经历一次乃至几次恋爱。
恋爱的过程是甜蜜的，但其中也掺杂了许多坎坷和心酸。

爱情是简单的，又是复杂的。

简单是因为爱情就在生活的点点滴滴中，复杂是因为它有时极容易被忽视。

有时人们在恋爱时迷失方向并非因为“陌生”，而是因为“自以为是”。

爱情能让女人感受到莫大的幸福，但也能给女人带来刻骨铭心的伤害。

有的女人在爱情里展翅翱翔，尽享它带来的快乐；有的女人却深深沉沦，体会到无尽的伤痛；有的女人通过恋爱认识到爱情的本质，从而蜕变重生，获得一片新天地；有的女人却让自己走进深渊，自我毁灭，再也没有继续下去的勇气……如果女人不懂得什么是真正的爱情，那么“爱”就很有可能成为一种毒药，给女人造成伤害，甚至是严重的摧残。

它的影响甚于身体的伤痕。

很多女人在所谓的“爱”中迷失、沉沦，甚至走上了不归之路。

每个女人谈起爱情似乎都有一肚子话要说，谈起自己的情感故事都会眉飞色舞，认为自己的感情是唯一的，自己爱的对象是不可复制的。

实际上，每个女人在爱情中的遭遇和心理变化都是极其相似的，因为每个女人几乎都有着相似的心理特征。

都说恋爱中的女人是傻瓜，她们不知道怎样才能得到异性的青睐，也不明白用什么方法才能更好地经营自己的爱情；她们不清楚为何看到心仪的男人时会感到羞涩，当爱情在身边时又会缺乏安全感和自信……这就是神秘而复杂的爱情带给女人的种种欢喜和不安。

然而，爱情并不是没有道理可依、没有规律可寻的，女人的每次心跳、每次醋意、每次不安都是对自己的一次心理暗示，而男人的每句话、每个行为甚至是每个眼神的变化都有着不同的含义。

只要留心观察，仔细揣摩，用心体会，就能掌握自己和恋人的各种心理，从而选择最恰当的方式把握自己的爱情。

本书通过对女人恋爱过程中种种心理现象的剖析，结合生动有趣的恋爱心理小故事，讲解了各种心理效应对爱情的发生、发展所产生的影响，每篇文章后的“恋爱启示录”还总结了收获爱情的小窍门，从而让女性朋友在阅读有趣的“爱情秘笈”的同时，明白恋爱的真谛，把握恋爱的规律，最终走向真爱的幸福彼岸。

上官文姝 2011年4月

<<女人要懂点恋爱心理学>>

内容概要

爱是复杂且神秘的，但它由心而发，所以并非不能把握。
当女人懂得了恋爱心理学，女人的恋爱指数就会一直提升、提升、再提升。

上官文姝的《女人要懂点恋爱心理学》从爱的产生、爱的原因、爱的发展等方面全方位揭秘了爱的过程。

读过本书，女人能够了解男女之间复杂而有趣的各种恋爱心理，从而以良好的心态去面对爱情，以巧妙的方式去追求爱情；读过本书，女人能更懂得爱、把握爱、享受爱，让自己的恋爱之路更加畅，真正拥有快乐和幸福。

《女人要懂点恋爱心理学》正是那些向往恋爱、正在恋爱乃至已经失恋的女人所需要的。

<<女人要懂点恋爱心理学>>

作者简介

上官文姝，资深图书策划人，女性励志类畅销书作者，著有畅销书《女人细节全攻略:注重细节的女人最幸福》、《女人心理全攻略:懂心理学的女人最好命》等。

<<女人要懂点恋爱心理学>>

书籍目录

第一章 走进“恋”与“爱”的世界

什么是恋爱心理学

人为什么会恋爱

“恋”与“爱”的那些事儿

恋爱发生的因素

女人们的爱情观

女人要做男人的知己

恋爱需要新鲜感

互补关系的重要性

女人的恋爱要谈一辈子

第二章 不可不知的恋爱?理法则

聪明糊涂心：聪明女人要装傻

自我认知欲：赞美他，并赢得他的心

好感的互惠性：男人也需要永恒的誓言

保持理性：不要因为寂寞随便恋爱

恋人本能：爱情具有排他性

交流理论：停止唠叨，适当保持缄默

适当疏远原则：爱要有最适当的距离

女人被爱的性格：温柔位居第一

坦率的求爱语：别让男人来猜你的爱

选择规则：不要开始没有结果的爱

面子效应：男人大都爱面子

第三章 恋爱开始：女人，勇敢爱

一见钟情的心理：一见钟情须谨慎

真实爱情：女人，浪漫与现实同在

爱情印象：第一印象很重要

大胆地行动：主动出击的女人更美丽

依附行为：别让依赖毁了爱隋

爱情专一：不要盲目“囤积”男人

帮助与好感：爱他，就请他帮个忙

自尊理论：尊重男人就是尊重自己

强化好感：女人要对男人说的3句话

同理心原则：其实我一直都懂你

爱情的自我展示：勇敢秀出你自己

时机原则：为爱情选择一个最佳时刻

第四章 恋爱发展：聪明女人的爱1青攻略

恋爱表情：女人的微笑最具杀伤力

间接对话法：委婉地提出你的批评

平等效应：不要没有回报地一味付出”

延迟满足定律：即使深爱也别急着去同居

维持关系的秘诀：体贴是爱情的润滑剂

肢体语言的作用：让一切尽在不言中

等同原则：爱他就同样爱他的家人

爱的完美定律：爱到八分最相宜

神秘法则：神秘莫测会让男人着迷

<<女人要懂点恋爱心理学>>

撒娇定律：适当撒娇会让男人魂牵梦绕
挫折吸引力：对彼此要有股“狠劲儿”
沉没成本效应：放手远去的爱
第五章 外表与恋爱：女人不魅，爱情不美
美的普遍性：男人大多爱美女
手的吸引力：女人风情万种的“名片”
气质法则：气质是女人的品牌
性感的魅力：女人获得爱情的有力武器
美丽的诱惑：男人为什么喜欢女人的美脚
美丽背部：女人未长出的翅膀
燕瘦环肥各有态：别太计较脂肪
体貌效应：时尚装束传递性感信息
嗅觉吸引：让你的身体散发暗香
内秀法则：可爱的女人最美丽
第六章 爱情战争：女人心中的千千结
爱情安全感：冷静看待他的异性缘
知己知彼的策略：“窥探”男人心思
关于吵架的认知：谁的愤怒更久
女性须知：为什么男人更喜欢年轻女人
淬火效应：欲擒故纵能够出奇制胜
另类沟通：聪明的女人会吵架-
错误即止定律：不做恋爱中的蠢女人
“1+1>2”效应：金钱和爱情都要有
自我安慰：爱情走了，亲情和友情还在
第七章 嫉妒心理：爱情中女人要了解的重要心理
嫉妒让爱生恨：别让你的嫉妒过了头
自我调节：克服恋爱中的嫉妒心理
认知：男人也有嫉妒之心
适度原则：会“吃醋”的女人惹人爱
女性的背叛：不要去摘悬崖边上的花朵
嫉妒误区：女人“吃醋”的5个显著误区
理性定律：不流眼泪，理性应对
三角关系的心理战争：如何守护爱情
由丧失感测定爱情：渴望爱情却缺乏信心
第八章 恋爱杂学：除了眼泪和欢笑，恋爱中也有趣味
抛开心理学，从其他角度来审视爱情
女人爱情的个体差异
女人不要轻易见旧日恋人
恋爱中的关键心理学规律
爱情受三种力量的支配
初恋为何成为最美的爱情
银幕爱情与现实爱情
异性之间存在友情吗

<<女人要懂点恋爱心理学>>

章节摘录

人为什么会恋爱 有人说：只要有男有女，就一定会产生恋情。

恋爱时，只要我们一想到自己喜欢的人，就会心花怒放、笑逐颜开：与之分别后，就会心神不宁甚至寝食难安；任何时候闭上眼睛，脑海中浮现的都是对方的身影……这恐怕是很多人都有过的恋爱体验。

当我们遇到性情相投的异性时，经过一段时间的交往，会感觉彼此心灵相通，自然而然地就想待在一起。

当然，也有人在初次邂逅时就凭直觉断定对方就是“我今生要找的人”。

总之，爱情是神奇的，它似乎一直就在我们身边。

那么，人为什么会恋爱呢？

关于这个问题，很多心理学家都展开过多角度的研究。

其中，从进化心理学的角度来看，人类恋爱的根本原因是为了“保持物种的延续”。

一位生物学家曾说过：“人类是高等生物，恋爱结婚是世代相传的习性，它如吃饭喝水一样不可或缺，这是为了保持物种的延续。

”的确，人类既然是生物，那么就免不了要传宗接代。

自古就有“一条谚语：“不孝有三，无后为大。

”传宗接代就是生命和理想的延续，上一代没有完成的心愿和事业，要让下一代继续来完成，而孩子就是生命的延续。

人不可能永远活着，一代人可能无法完成想做的事，所以，就需要恋爱结婚，将遗传基因继续传下去。

而为了留下健康、优秀的子孙，男性会喜欢外表有魅力且年轻的女性。

由于男性没有妊娠、分娩之痛，所以与子孙的“质”相比，男性更倾向于追求子孙的“量”。

因此，在潜意识中，男性更希望与多个女性，即不特定对象发生性行为。

这也是男性更容易出轨的一个深层次原因。

另一方面，女性要面临妊娠、分娩，因此不可能去追求“量”。

“十月怀胎”是个漫长的过程，给女性造成的身心负担也很重。

所以，女性更注重子孙的“质”。

从这个角度看，我们就不难理解为什么很多女性都喜欢经济宽裕、生活稳定的男性了。

当然，男女之间选择恋爱直到结婚，不仅仅是为了。

‘传宗接代’，更是为了有一个终生伴侣，爱情心理学家说：“恋爱中有一种像友情般的恋爱，就是从友情升华而来的爱情。

现实生活中有很多这样的例子，最初男女之间只是单纯的友谊关系，但是随着两个人接触时间越来越长，对彼此的了解越来越多，相互之间产生了别样的情愫，最终成为恋人，甚至结为夫妻。

”人都有一种追求友善人际关系的需求，想和别人在一起，以排除寂寞和不安或享受友情的温暖，俗话说：朋友多了路好走。

家人不可能永远陪着你，而不论走到哪里，结交的朋友却可以帮你渡过难关，解决生活中的很多麻烦，若是异性朋友，就很容易在这样的接触中产生好感，彼此一开始可能是相敬如宾，但是随着接触和了解，对彼此的感情逐渐加深，两个人的感觉也会一点点改变，很依赖彼此，愿意为对方做事，甚至不惜牺牲自己的利益，直到最后想拥有对方，和对方生活在一起，于是两个人的关系就发生了质的变化。

P004-005

<<女人要懂点恋爱心理学>>

编辑推荐

《女人要懂点恋爱心理学》绝对是一本让女人们相恨见晚的书，越早阅读《女人要懂点恋爱心理学》，就越早收获甜蜜的爱情。

《女人要懂点恋爱心理学》里有最科学的爱情解释，数十种最有效的恋爱技巧，最有趣的男女恋爱心理现象，这些构成了女人们不容错过的精彩。

用一个星期的时间阅读《女人要懂点恋爱心理学》，会让女人全面提升恋爱指数，收获美好的爱情。

<<女人要懂点恋爱心理学>>

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>