

<<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>