

<<愛，上了癮>>

图书基本信息

书名：<<愛，上了癮>>

13位ISBN编号：9789867574039

10位ISBN编号：9867574036

出版时间：心靈工坊

作者：伊東明 著

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>

<<愛，上了癮>>

內容概要

「天底下，有什麼稀世珍寶能為人生帶來真正的幸福？」相信很多人都會說：「是愛」。然而，愛可以帶來幸福，卻也為一些人帶來最深沈的痛苦。這兩者之間到底是怎麼一回事呢？

本書作者伊東明博士指出，愛情就像毒品，很容易讓人上癮，而失去重心。譬如，有些人愛上花心大蘿蔔，卻不肯離開，有些人的伴侶會酗酒、賭博、甚至對自己暴力相向，當事人卻還是深深依戀對方，明知身陷泥沼中卻不肯自拔。

難道她/他們不願意追求幸福嗎？

其實，這都是患了「愛情上癮症」。

伊東明博士進一步將「愛情上癮症」分為四種類型：第一，是「共依存」型。

這類人總是遇人不淑，專挑對自己不好的人談戀愛。

有人老是愛上吃軟飯的小白臉，有人不斷忍受先生的拳打腳踢，有人在愛情中一再被利用。

他/她們內心深處，有強烈「被需要」的渴求，只要對方以甜言蜜語來道歉，他/她們馬上心軟，而讓痛苦不斷重複、循環。

第二，是「逃避幸福」型。

這類人害怕親密關係和承諾，不習慣跟人溝通或分享心事。

有人是花心一族，只想遊戲人間；有人習慣當個獨裁者，擺出高高在上的姿態，不肯跟人貼心交流。

他/她們的心，隔著厚厚的牆壁，外面的人無法進入，這是因為他/她們非常害怕受傷。

這類人往往會吸引「共依存」型的人，而形成愛情的鎖鏈。

第三，是「浪漫上癮」型。

這類人迷戀轟轟烈烈的愛情，很容易陷入激情、為愛不顧一切。

有人不斷期待白馬王子的來臨，而對平凡的幸福不屑一顧；有人專挑高難度的戀情，寧可愛人而不願被愛；有人則是一再外遇，不斷重複追求和初戀的快感。

這類人期望透過愛情來改變自己的生命，但結果卻可能傷害了自己，也傷害了身邊親近的人。

第四，是「性上癮」型。

這類人無法壓抑性愛的慾望，需要很多色情的刺激、或沈迷於一夜情及買春行為。

他/她們多半希望藉著性愛來擺脫壓力、確認自我的存在、享受權力的快感、或讓自己被愛。

有時，童年的性創傷也會以性上癮的方式顯現出來。

這是最容易帶來傷害或後遺症的一種愛情上癮症狀。

在本書中，伊東明博士藉著十三位男女的真實個案故事，來剖析愛情上癮症患者的內心世界，你也許會在其中看到親朋好友，甚至是自己的影子。

書中提供許多自我檢核表，並介紹十個具體實用的步驟，幫助讀者了解愛情的真諦，在平衡的親密關係中品嚐真正的幸福。

<<愛，上了癮>>

作者簡介

伊東明 博士 日本慶應義塾大學修士和博士、日本心理學會和日本社會心理學會會員，是日本國內少數的性別心理學專家（Psychology of Gender）。

除了在大學執教，也活躍於研討會、演講、電視、廣播和雜誌等。

他主張理論與實踐並用，以淺顯易懂的方法介紹心理學給一般社會大眾。

除了專業書籍之外，他也出版大眾性的《改進人際關係講座》、《戀愛和「喜歡」心理學》、《戀愛科學講座》、《絕對不會輸的「心理戰」》等多本著作。

他本身也曾經苦於愛情上癮症，因而努力研究相關問題，康復之後，他也實際諮商過許多愛情上癮症的個案，本書是針對這些真實的案例的分析和解答。

<<愛，上了癮>>

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>