

# 《不用请教别人的恋爱心理学入门》

## 图书基本信息

书名：《不用请教别人的恋爱心理学入门》

13位ISBN编号：9787518021226

出版时间：2015-12

作者：[日]涩谷昌三

页数：224

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《不用请教别人的恋爱心理学入门》

## 内容概要

人们为何要恋爱？男性和女性的区别主要是在何处？顺利谈恋爱的人和不能顺利谈恋爱的人有何区别？实际上，男性和女性的内心有一个法则。变心、男女的真相，都可以用心理学进行解说。

《不用请教别人的恋爱心理学入门（完全图解版）》中从男女各自不同的心理理论开始，广泛的介绍在现实生活中有用的实践技巧，是恋爱心理的解说书。男性女性各自的心理特征、由举止了解到的心理、不同的心理、成功恋爱的秘诀等……严选能帮助到现代男女的内容。

# 《不用请教别人的恋爱心理学入门》

## 作者简介

涩谷昌三：从非语言交流为基础的“空间行动学”这一崭新研究领域的创始人。1946年生于日本神奈川县。学习院大学毕业，东京都立大学大学院博士学位。心理学专业，文学博士。曾在山梨医科大学任教，现任目白大学人类社会系教授。著有《每天读一点潜伏心理学》《绵羊心理学》《让你体会读懂他人的乐趣》

## 书籍目录

### 第1章 爱慕之心因何而生

人为什么会恋爱？ / 4

恋爱分为六种色彩

爱慕之心是人类的本能 / 6

爱慕之心是每个人都有的一种需求

恋爱可以满足人类的多种需求

对异性的心动源于性冲动和对于长大成人的憧憬 / 8

想要成为成熟的大人，这种需求催生爱慕之心

青春期容易发生冲动恋爱

恋爱是由\*\*印象决定的？！ / 10

恋爱成功的概率取决于\*\*印象？！

越是对恋爱不擅长的人，越要注意初期效果

越见面越喜欢的心理 / 12

对于并不讨厌的人，见得多了可能会喜欢上

Column 为何无法坦率说出“我喜欢你”

丧失自信的时候，容易坠入爱河 / 16

原本看不上的人也变得格外顺眼起来

自身状况的好坏决定对于恋爱的态度

对某人感到生理性厌恶的理由是？ / 18

讨厌对方的部分，自己身上有着同样的毛病

“生理性”厌恶是为了守护自身尊严

人们会选择与自己相称的对象 / 20

般配设定

根据自我评价的高低选择对象

Column 恋情越是遭遇阻力，反而更有动力

恋爱会使人心生甜蜜 / 24

喜欢一个人，会变得温柔

展示原原本本的自己，这是一个过程

恋爱也会使人痛苦 / 26

当LIKE变成LOVE，痛苦也随之而来

期盼越多越痛苦

喜欢和爱是不同的感情

物理距离缩短，心自然接近 / 28

恋人之间的\*\*距离是15厘米

如果想与对方缩短距离，不妨利用私人空间原理

私人空间的范围

Column 从喜欢的颜色看性格

你和对方的般配程度如何？

### 第2章 解析男人心

对于“男性魅力”的理解，男女大不相同 / 36

男人自以为的“男性魅力”，其实基本不对路？！

女性\*喜欢的，其实是小而性感的屁股

Column 男性对于直视的目光没有抵抗力

比起女性，男性更加浪漫主义 / 40

男性比女性更符合浪漫主义者的标准

你是浪漫主义者吗？

男人对这三件事特别在意 / 42

英雄主义情结

对车子着迷

对于身高十分在意

从爱用的皮包看主人的性格 / 44

从皮包可以看出的五种性格类型

男人为什么对难对付的女人感到着迷 / 46

难对付的女人，可以提升男人的要求水准

男性出轨的心理 / 48

出轨的男性分为三类

Column 从男性喜欢的女性体型看性格

7招帮你识破男人的谎言 / 52

回答问题简短而迅速，需要加以注意

从小动作看出3种说谎迹象

Column 更多关于撒谎的信号

对恋爱似乎不感兴趣的男性心理 / 56

对恋爱淡漠？还是讨厌女性？

不想长大成人的“彼得潘症候群”

在集体活动中更容易看出男人的性格 / 58

对这样的男人要加强注意

和这四种类型的男性交往会很累

Column 可能因为这一句话，恋人的心就已经离你而去

第3章 解析女人心

受欢迎的男女有着哪些独特的能力 / 64

关键在于“符号解读能力”

测试你的符号解读能力

女性直觉敏锐的理由 / 66

女性的思维方式更具体

女性对于人心变化十分敏感

Column 从喜欢的男性身材看女性性格

无法结婚的女性心理 / 70

在独立自主与依存他人的选择中左右为难

父母关系是导致这一问题的根本原因

漂亮的女性比较占便宜？ / 72

人们通常认为长得美的人，性格和待人接物的态度也好

容貌靓丽的人拥有“光环效应”

Column 女性比男性更加“外貌协会”？

女性喜欢打电话和发信息 / 76

电话和信息都是将两颗心联系在一起的工具

喜欢发信息的人更爱撒娇

女性非常在意的两件事 / 78

头发是女人的命

对于流行因素很关注

Column 从发型看出女性的性格

化妆有着可以让女性更加积极的魔力 / 82

化了妆，整个人心情都变了

对于妆容精致的女性，男人更懂怜香惜玉

给女性\*\*物，不在贵重，在乎次数 / 84

\*\*物的次数，与女性的满意度成正比

礼物会满足女性的自尊心

- 什么是男人味和女人味 / 86
- 所谓的“味”都是后天养成的
- 男性化和女性化的一些特征
- 第4章 通过小动作看心理
- 真实情绪表现在左半张脸上 / 90
- 观察整张脸，反而看不到真心
- 从眼球的运动看出心意 / 92
- 看到感兴趣的东西，瞳孔会张大
- 从眼球的转动可以看出性格
- 从眼神的方向读出对方的心理 / 94
- 四种眼神方向的内涵
- 眼神比语言更能传递好感 / 96
- 眼睛会说话
- 手势上的YES和NO
- 从声音判断对方的性格 / 100
- 声音表现出的四种性格特征
- 从下巴判断对方的性格倾向 / 102
- 扬起下巴妄自尊大，收起下巴表示让步
- 表现出这些态度说明对方不高兴了 / 104
- 不快的情绪会表现为身体的动作
- Column 从睡姿看对方的性格
- 从座位看对方性格与两人亲密程度 / 108
- 相邻的90度角位置有助于增加亲密感
- 身体接触可以提高亲密度 / 110
- 有时与语言相比，身体接触更为重要
- 看出对方是表示YES还是NO
- 第5章 恋情不顺时需要了解的心理学
- 嫉妒的原理 / 118
- 嫉妒是因为关系尚不稳定
- 一往情深反而陷入被动的“\*小关心法则”
- 为对方鞠躬尽瘁反而落入深渊 / 120
- 只要他（她）能爱我，做什么愿意 这种想法很危险
- 越是奉献一切，在恋爱中的处境越处于弱势
- 对等的关系十分重要
- Column 真爱容不下“小算盘”
- 脚踩N条船的心理 / 124
- 朝秦暮楚，因为没有找到真心满意的对象
- 谁都有职场外遇的可能性 / 126
- 越见面越有好感的“熟知性法则”
- 越见面越喜欢
- 只是见面，就会变得喜欢
- 陷入网恋的理由 / 128
- 低成本和轻松“Reset”是重要原因
- Column 致那些无法恋爱的人
- 遭遇不幸恋情的人有哪些特征 / 132
- 有些人总说“反正我就这种命”“我就是倒霉”
- 恋情为何无法长久 / 134
- 总将恋情不顺利的原因归结于对方
- 致那些非常缺乏自信的人 / 136

不要自我设置障碍

不要害怕面对自己

你的恋爱障碍在哪里？

为什么有人会忍受家庭暴力（DV） / 140

“忍忍就过去了”只会让问题恶化

女强人也会成为家暴受害者

“没有我就不行”是不幸的开始 / 142

相互依存会使双方一起陷入不幸

自我评价低的人更容易陷入相互依存状态

Column 跟踪狂的扭曲心理

丈夫认为夫妻一条心，反而容易导致离婚？ / 146

女性往往认为“夫妻终究是独立的个体”

男性的脆弱与女性的坚强

Column 如果失恋的话.....

第6章 能够让恋爱取得成功长长久久

的心理学

面对喜欢的人容易失去判断能力 / 152

一旦喜欢上，那些衡量标准就都变了

对恋人的打分尺度会松动

男女眼中的异性魅力排行榜

从相识变为相恋的四个阶段 / 154

四步找出你命中的那个他（她）

孵化期的关键在于提高“密度”

Column 你喜欢上对方，对方也会喜欢上你

约会不可缺少的3S / 158

通过3S，向对方表达你的依恋

Column 与短信相比，手写的文字更能传递感情

可以使两人更加亲密的场所和情景 / 162

光线昏暗的地方可以深化二人关系

建议在光线昏暗的场所约会，两人并排而坐

从恋人的钱包可以窥探出爱情的深浅 / 164

钱包代表着这个小世界

相似的两个人更容易成为夫妻 / 166

成为结婚对象的\*\*条件是相似点较多

知识丰富型与性格沉稳型的配对属于例外

相似的人容易成为结婚对象

爱是通过努力培养的 / 168

三分之二女性认为“不交往也可以结婚”

如果不努力，爱情会冷却

Column 结婚这件事“压力山大”？

关系越美满，越有夫妻相 / 172

日子越过，长得越像

恋爱和婚姻关系长长久久的法则 / 174

想要关系长久，不能太“客气”

你说话的方式讨人喜欢吗？

附 录

心理测试 / 178

# 《不用请教别人的恋爱心理学入门》

## 精彩短评

- 1、我在想脑袋还记住了什么？
- 2、内容一般，整体设计挺好，符合日本人对东西的精致要求，但没用的插图有点多，内容不够深刻。同时，提出的一些观点阐述像一句话没说完就结束了，并没有帮助读者解决书中提出的问题，也就是对读者没有太大的帮助。
- 3、浅显易懂配上小插图，挺有意思，可以了解一下自己或对方。但人是复杂的动物，不一概而论就好。



# 《不用请教别人的恋爱心理学入门》

## 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：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)