

<<操练爱情>>

图书基本信息

书名：<<操练爱情>>

13位ISBN编号：9787514119091

10位ISBN编号：7514119094

出版时间：2012-6

出版时间：经济科学出版社

作者：方刚

页数：251

字数：2210000

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>

<< 操练爱情 >>

前言

爱情不是天生就会的，它需要我们不断操练来提高“技巧”。

我一再声明，虽然我在心理学系“混饭吃”，但我从来不认为自己是心理学家，或者心理咨询专家。所以，这里呈现的不是“心理咨询手记”，这里仅仅是一位性与性别专家与读者交流的“咨助”。

主流的心理咨询强调咨询师的“中立”，而我则主张“介入”。

这也是我将自己的工作定义为“咨助”，而不是“咨询”的原因之一。

常有我的咨询者，或读者告诉我，他们曾向许多咨询师咨询，都无功而返。

但仅和我谈一次话，或看了这本书的一篇文章，就“大彻大悟”了。

这并非是我有什么特异功能，而仅仅是因为，我是一个具有性社会学的学术背景、接受了现代的性与性别理念，走在时代前面的学者。

在我的咨助中，我力图传播学术研究的最新成果，用新的理念来“武装”我的咨询者。

我能够以自己所具有的学术背景，做一些这样大众化的普及工作，帮助一些人减少痛楚，我以为，也是积德行善的事情。

《操练爱情》阐述的主要是大学生，以及他们同龄人的烦恼。

或是咨助个案的全程记录，或是咨询信件的简短回复，我做这些事情的时候，曾经帮助过当事人：后来在报刊发表这些文章的时候，也曾经收到过无数读者表示受益匪浅的感谢信，今天，我希望这本书可以帮助更多的人。

毕竟，这是一个情爱困惑空前走俏的时代。

值得一提的是，并非有意选择，但向我进行咨助的几乎全是女性，所以这本书讲述的也基本上都是女人视角的女人故事、女人感悟。

已经记不清多少次，我被读者误认为是一位女性了，虽然我有一个典型的男人名字。

有朋友甚至听到电台转播我的文章时也说“女学者方刚”云云。

这种误解的出现很大程度上是因为我经常有意识地以女性的视角观察和体味她们的情感困境。

因此，我视这种误解为读者对我的一种褒奖。

我的朋友中，女性远远多于男性。

有女学者说，这可能是因为你更了解女人。

而我认为，实则是因为女性更为宽容。

但另一方面，看似矛盾之处是我也时常被读者指责为“为男人说话”，时常有编辑将这样的来信转给我，希望我作出“辩解”。

我的回复是，向我寻求帮助的主要为女性，而她们情感困境的出现，又总是与对男人的了解不够而直接相关。

我一直认为，走出情感困境的关键，是两性的相互了解和宽容。

因此，当我回复女性咨询的时候，自然试图让她们同时也从男人的视角看问题，这样，很多看似步入绝境的矛盾便会迎刃而解。

很显然的，如果我是针对一位男性咨询者，我当然也会同样帮助他们从女性视角看问题，即“为女人说话”了。

男性和女性必须相互了解，同时，又相互宽容。

接纳对方的“特性”，而不仅是以自己的“特性”来理解和评判对方。

如果以这种观点来看，作为男人的我，主要面对女性咨询者，帮助她们了解男人，走出情感困境，是正当其责的。

我曾收到无数封读者的再来信，讲他们在我的帮助下生活得以改变，这是我感到最幸福的时光，这样的信对我是一种极好的告慰。

<< 操练爱情 >>

内容概要

恋爱话题永不过时，我们都想找到爱与被爱的感觉，可怎样才能提高爱的能力呢？北京林业大学性与性别研究所所长、性教育专家方刚博士从心理学、社会学专业角度出发，对众多女性的情爱问题进行咨助。他结合具体个案总结爱情面前的正确抉择，对于书信中的爱情谜底进行深入解读。观点独特、风格率性、点评时尚。

你拥有爱情，但不够幸福？
你惆怅于寻找爱的标准，不知何去何从？
在寻找爱的路上，你找不到方向？
翻开此书吧，爱情路上，方博士为你导航。

<<操练爱情>>

作者简介

方刚，性与性别专家，性教育专家，北京林业大学性与性别研究所所长，心理学系副教授，世界华人性学家协会执委，在国内外出版著作50余部，曾为数十家报刊撰写情爱咨助专栏。方刚博士的博客访问量达1000万，其灵活、人性、率性的婚恋咨询风格得到无数读者的喜爱。

<< 操练爱情 >>

书籍目录

1. 新时代的爱情

谁做了爱情的主宰？

爱情对于男女，本就不是一回事

爱，从何处开始

生命的停歇

网恋，想说不爱也不易

“白骨精”们为什么结婚晚？

2. 爱情，让人疯狂，让人受伤

想出轨的女人

恋爱季节的丑女孩儿

想做永远的情人

为了男友的“成功”，她要捐出自己的眼和肾

3. 聪明男女的爱情操练术

我心目中的聪明女人：性别角色的“两面派”

“网络集体相亲”如何评价好

太过娇羞的爱情不可取

年龄大小与爱情无关

我在寻找符合四个标准的女人

女人的荒唐，男人很无奈

4. 爱情向左，面包向右

爱情，终究要走向围城

想要浪漫保鲜，便不要结婚

——一个关于东家与西家、鱼与熊掌的故事

既然离不了面包，那就放弃爱情吧

——我是如何指导美女们选择金钱而放弃爱情的

5. 爱情面前的14种选择

不要被情诗蒙住理性的眼睛

让爱情谢幕在最美时

别让自己得爱情的心病

爱情不是寂寞的消遣

错过的，别后悔，爱情也一样

爱情，不能没有感性

爱情不是游戏

梦是现实关系的预兆

跟着感觉走

恋爱，从来没有早晚

爱情需要门当户对

爱情别掉进迷恋的陷阱

爱别人，首先学会爱自己

改变，要靠自己

6. 藏在信中的爱情谜底

谁该做家里的掌柜呢？

<< 操练爱情 >>

爱情与生活，何时能够两全？

不能接受的爱恋
给爱人一个真实的自己
早恋的花朵，谁敢采摘？

得了恋爱强迫症的女孩
丢掉了被爱的优越感
金钱面前，我的爱会不会断送？

不被未来岳母看好的爱情
谁是谁的第三者
无法忘却的爱恋
有些男人，喜欢不得
男人的心思，摸不透
“命水”不好的男友
动机不纯的开始，还会有真爱吗？

我不物质，但很现实
总是来不及出手，便夭折了爱情
想做有钱男人的男人
爱上别人的女人
爱我，为什么不愿意把自己完全交给我？

同居后，女友为何说我不爱她了？

爱上缺乏安全感的男人
爱情是事业的宿敌吗？

爱情和面包，哪个是永恒？

我的女友食言了，是变心吗？

我的爱情，没有未来
对我不冷不热的网友
我是罪恶的第三者
为何他在爱情面前，选择了逃避？

<< 操练爱情 >>

章节摘录

版权页：我是一个漂亮的女孩，脾气也很好。

我与我老公认识6年才结婚，应该说感情的基础比较牢固。

他身高只有169，但我不介意。

他很有爱心，又比较喜欢帮助别人，特别是女的，所以，他很招人喜欢，他经常都喜欢跟女孩玩。

说实在的，我真的有些吃醋，但一直也相安无事。

自从有了网络，他的思想开始波动。

他经常跟一个女的聊天，我没注意，只当他多一个聊天的知己朋友，我没有理由反对的。

但他们却瞒着我交往了一年多，在今年5月份，在我生病住院期间，我无意中看到他和那女的短信息，写得很肉麻。

这时我才知道他们经常来往，但到了什么程度，我不知道。

我很伤心，只觉得胸口忽然好像被东西塞住，呼吸好象忽然停止了似的。

后来在我的追问之下，他告诉我女孩并不知道他已经结婚，他一直在瞒着她。

我说要打电话告诉女孩，他就是不让，理由是他想留个好的回忆给女方。

他不给女孩电话，就会慢慢淡忘，不会再有事情发生，无奈，我只有相信他。

又过了一个星期后，女孩不甘心，从我老公的邮箱里找到了他的朋友，并从他朋友那儿了解到，我老公已经结婚，他们自此就好像不再有来往了。

但我知道我老公心里还在挂念她，因为我发觉他不时给那女孩发电子邮件。

事情过去有两个月了，这段时间，我都尽量推掉所有的应酬来陪我老公，因为前段时间我的精力都在工作和应酬方面，对他可能缺少关爱。

什么事我都尽量迁就他，因为我很爱他，我不想失去他，我只想维护好这段婚姻。

但这几天我又发觉他又在联系那女孩。

我想去跟那女孩沟通就给她发信息，但她没有给我回信息。

第一次她跟我老公来往，她不知情，我一点儿都不怪她，我还替她担心，怕她承受不起打击，会很伤心。

但如果她现在还和我老公来往，她就成了破坏别人家庭的第三者了，我好想跟她谈谈。

很多女人的男友，都存在这样的问题——精神上出轨。

但婚外恋是最脆弱不堪一击的。

如果还爱着自己的男友，如果不舍得自己的爱情，如果只是想将“第三者”“请”出自己的爱情世界。

那就大胆一些，放任自流吧。

我告诉这位读者：“把心放到肚子里，对他们放任自流，不闻不见，全当没这回事儿。

放心，他们不会怎么样的，你的丈夫如果想离开你早就走了。

婚外恋是最脆弱不堪一击的，而网恋更脆弱，更不堪一击。

这两个凑一起，你想能有什么力量吗？

洪水来了，要疏，不要堵。

你越堵，他们越来越劲儿；你放任一下，他们很快就会受不了那双重的脆弱自己就完蛋了。

这时丈夫还得回来对你感恩戴德。

聪明的女人对‘花心’丈夫，要像对贪玩的孩子，你让他玩去吧，饿了就会回家的。

但是你关着门不让他出去，他心就会走了，从窗户跳走了……”

<< 操练爱情 >>

媒体关注与评论

方刚以自己的方法帮助许多婚恋困境中的伴侣成功地完成调适，避免了情绪冲动状态下的情感破裂。
——婚姻法专家、最高人民法院民一庭高级法官吴晓芳 出于对女人的爱，方刚的情感建议充满理解和感情，因而令人神往。

——首都师范大学文学院女性主义学者、《中国女性主义》主编荒林 方刚一直坚称自己不懂心理学，不是心理学家，但他对人性的深刻洞察，对生命与情感天才般的感悟，却远非常人可以企及。

难怪许多咨询人事后说，和他交谈常有茅塞顿开、拍案惊绝之叹！

——女性主义心理咨询师朱琴 方刚用的显然不是传统的心理咨询法，他不拘一格，但求对人有帮助

。

——畅笑心理咨询学校校长、《心理医生》创办人及前总编汤笑

<<操练爱情>>

编辑推荐

《操练爱情》希望可以帮助更多的人。
你也拥有爱情，但是为什么不幸福？
“网络集体相亲”的今天，为什么你还没走进婚姻？
爱情面前，到底谁可以做爱的主宰？
为爱的牺牲，究竟可以走多远？
女人，能否用结婚开销来衡量自己的价值？
想找到这些问题的答案吗，那就翻开这本《操练爱情》吗！

<< 操练爱情 >>

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>