

## <<Hold住爱情的心理学>>

### 图书基本信息

书名：<<Hold住爱情的心理学>>

13位ISBN编号：9787543683730

10位ISBN编号：7543683733

出版时间：2012-7

出版时间：青岛出版社

作者：刘晓祯 等主编

页数：255

字数：200000

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>

## <<Hold住爱情的心理学>>

### 前言

历经多少个奋笔疾书的日子，这本书终于跟读者见面了。

写作过程中的酸甜苦辣自不必说，书中案例的生活之根——我自己的、创办阿尼玛精神分析中心过程中所见到的、一个个来访者痛苦的灵魂经历的真实的感情故事，也稍加修饰，呈现在您的面前。

爱情是每一个女人命运中几乎最重要的音符，为爱情而放歌亦是历史长河中几乎每一部作品永恒的主题。

本书中的故事全部是关于女人的爱情体验，书中对其进行了心理解读，并加入男人眼里看女人的小贴士、可操作性的建议和心理知识链接。

这本书的特色在于，它的案例从真实的生活中来，不矫揉造作；所选故事不求面面俱到，但突出实用，力求解决问题；每篇案例既分属于不同篇章，又独立自成系统，方便读者阅读。

另外，书中看待案例的眼光吸取了精神分析方法深入心灵的长处，还兼采了笔者独创的“爱情原型与家庭系统分析”理论的某些视角，协助您曲径探幽。

当您手捧这本散发着馨香的书，决定开始这次现实而浪漫之旅，这本书怎样才能更好地为您服务呢？笔者建议，您既可以手捧香茗一气读完，也可以利用空余时间挑选对您有用者先睹为快；您既可以把它当作心理自助的实用读物并从中找到问题的解决办法，也可以把它当作增长见识、愉悦心灵的休闲书陶冶情操。

在阅读过程中，只要它对您有所裨益，就是我们全体作者最大的欣慰。

在此，我要感谢北京阿尼玛精神分析中心全体参与创作和协助出版工作的同事，特别是郝滨咨询师，他们为本书的出版或操刀执笔，或献计献策。

尤其要感谢和我一起创办阿尼玛中心的我的老公赵晨滨，没有他对我深厚的爱与不懈的支持，这本书不可能诞生。

最要感谢的是我亲历和眼见的在爱情中苦苦求索的每一个灵魂，她们提供了本书中所有素材的生活土壤。

是夜，灯火如豆。

愿这本书能像一盏不灭的灯，为您带来温暖、启发和思考。

## <<Hold住爱情的心理学>>

### 内容概要

《Hold住爱情的心理学》是为遇到爱情困扰或亲密关系问题的女性读者而写的心理学自助读物。书中以故事的形式涵盖了生活中关于女性爱情问题的典型案例，使用专业心理学理论进行深入浅出的分析，并通过从男人眼里看女人的视角达到知己知彼，在此基础上提出可操作的解决方案。

《Hold住爱情的心理学》中的故事全部是关于女人的爱情体验，书中对其进行了心理解读，并加入男人眼里看女人的小贴士、可操作性的建议和心理知识链接。一本书的特色在于，它的案例从真实的生活里来，一不矫揉造作；所选故事不求面面俱到，但突出实用，力求解决问题；每篇案例既分属于不同篇章，又独立自成系统，方便读者阅读。书中看待案例的眼光吸取了精神分析方法深入心灵的长处，还兼采了笔者独创的“爱情原型与家庭系统分析”理论的某些视角，协助，读者曲径探幽。

《Hold住爱情的心理学》也可作为爱好心理学的人士提升专业素养的参考读物。

## <<Hold住爱情的心理学>>

### 作者简介

刘晓祯，北京阿尼玛精神分析中心创办者、副主任，心理学理论研究者，媒体特约撰稿人，心理畅销书作家，资深心理咨询师。在IPA亚洲精神分析大会发表论文《一种理解和研究家庭系统婚恋关系的新发现》；自2004年起在《北京青年报》等多家媒体发表心理文学作品600余篇，100余万字；以第一作者出版畅销书《三天读懂人际心理学》，并参与编著《小爸小妈教子枕边书》；心理咨询实践经验超过2000小时。

赵晨滨，北京阿尼玛精神分析中心主任，是国际精神分析协会在华培养的首批精神分析取向心理治疗师。多年来致力于精神分析的临床实践、教学督导和科普宣传，心理治疗总时数达7000小时以上，案例督导和理论教学总时数达1500小时以上。在各类媒体发表心理科普作品100余篇。

## <<Hold住爱情的心理学>>

### 书籍目录

- 第一篇 当个人外在、内在的对比无法改变，爱情怎么找
  - 第一课 女金领有钱没爱情可怎么办
  - 第二课 大龄女找不到爱情怎么办
  - 第三课 把男友当孩子，母子恋能成功吗
  - 第四课 不苗条减肥成厌食症就能得到爱吗
  - 第五课 正当妙龄可越长越丑越自卑，怎能招男生喜欢
- 第二篇 当爱情面对幻想和现实，完美爱情哪去了
  - 第一课 忽略型女孩孤独难求爱怎么办
  - 第二课 梦幻型女孩只喜欢得不到的梦中情人可怎么办
  - 第三课 矛盾型女孩想克服择友难题只能“二选一”吗
  - 第四课 受虐型女孩只爱施虐男可怎么办
  - 第五课 精神贵族女人怎么谈精神恋爱
- 第三篇 当女人遭遇性与爱，灵肉如何不相隔
  - 第一课 遭遇性骚扰，你是“爱上他”了吗
  - 第二课 被发现非处女后屡遭逼问，爱情怎么办
  - 第三课 遇上性虐待狂，别忍气吞声
  - 第四课 享受非性儿童恋，现实和婚姻可怎么办
  - 第五课 恋上同志男人，能改变他的性取向吗
- 第四篇 当爱情受制于环境与道德，“见光死”的爱情怎么办
  - 第一课 办公室恋情，如何保持界限
  - 第二课 被男同事嫁祸，这算不算爱
  - 第三课 爱上男上司，我是“跪着爱”
  - 第四课 做第三者，难道是我自己的选择吗
  - 第五课 做“二奶”，害人还是被害
- 第五篇 当爱情遭遇攻击性，火星和金星的战争有没有逻辑
  - 第一课 当爱情遭遇男友胁迫，怎么处理
  - 第二课 遭遇爱情争执，是否不攻击他就得攻击自己
  - 第三课 恋人打嘴仗，想不吵架能否靠一纸“和平协议”
  - 第四课 以控制来攻击，我抓紧了他怎么跑掉了
  - 第五课 本来就是他错了，为什么我越指责他越逃避
- 第六篇 当面临分手or结婚的抉择，女人要怎么做
- 第七篇 当爱情充满强与弱，怎样才能阴阳和合
- 第八篇 当爱情面临信任、猜疑，不相信了，还有爱吗
- 第九篇 当爱情遭遇抛弃和背叛，我该如何做
- 第十篇 当爱情经历昨天、今天，时光如梭，我怎么把握爱情的未来
- 第十一篇 当爱情挫折在于性格、人格，如何对待才能走好爱情之路

## &lt;&lt;Hold住爱情的心理学&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：插图：第一课 忽略型女孩孤独难求爱怎么办 主人公（安小姐）自述：我是一名公司女白领。

在公司里，我有这样一个习惯，同事要是不理我，我会感到被排斥，不被重视，不被理解；而同事一旦想要主动接近我，我就会伤害他、否定他，好像想用攻击的方法把他推开似的。

我很清楚，正是自己这个习惯使我在公司里总是孤独一人，但我却改不了。

也许由于我的这个特点吧，我的恋爱也受到影响。

我都快三十岁了，还没有固定的男朋友。

倒是有些成熟男人想和我接近，但最后都反映说觉得我不爱他。

其实我特别需要有人关心，但他们说感觉我好像不需要、不在意他们，于是他们也一个个远离了我。

我出身于一个普通的工人家庭，从小跟带我的奶奶生活在一起。

爸爸工作忙，一年有三分之二的时间不在家，即使回家了也不怎么跟我说话。

有一次爸爸又要离开家去工作，临走时我那么盼望爸爸抱抱我，起码跟我道个别，但是没有。

爸爸头也没回地走了，那晚，我哭了一晚上。

我曾经怀疑爸爸到底是否需要我的存在，我在他心中到底有没有位置，他到底爱不爱我。

这种被忽略、不被爱、不受重视的忧伤伴随我走过耍单的童年、落寞的青春，直到现在，别的女人都已经嫁人了，我还在原地踏步。

哦，我什么都知道，我甚至能分析出我无法嫁人的原因跟我这种成长环境和我的性格有关。

但我真的拿自己无可奈何。

不是我不想改变，是我改变不了，是我的心一直在疼。

也许，如果我能遇到一个真正需要我的真命天子，我可能会走入婚姻。

前不久我经人介绍和单位一个新来的男同事谈恋爱。

他人长得倒不是很耀眼，但就是身上有一股亲和力。

他有时候会来我办公室跟我调侃几句，露出很满意的灿烂的笑容。

我觉得那笑容是给我的，我很享受这种感觉，沉浸在这种感觉里我好像忘记了他的存在。

我也有好多地方对他不满意，但我即使心里对他有意见也尽量忍着不说，我会用脸色告诉他，“我现在烦着呢，别理我”。

我估计他从我的脸色中能看出来我经常性的不满，他最终跟一个和他一样爱玩爱笑的姑娘结婚了。

看着他们整天幸福地成双成对，我感到我又落了单。

他待我还是很和气，但我很生气，质问他为什么去跟别人在一起。

他搔搔头，告诉我我们两个还没开始，也感觉不到我喜欢他。

“那你为什么还要对我好？”

“我愤怒地问。”

“可是我对谁都这样啊，是你多想了吧？”

“他顿了顿，接着说：“不过你要么不理人，要么跟人找茬生气的话，我估计没哪个男人会……”他把后半句咽了下去。

原来，他的那些笑容不是专门为我绽放的。

我转而开始恨他了，但这也是他造成的啊。

眼看我就要成为剩女了，我开始想不通了——为什么孤独的总是我？

咨询师手记 安小姐小时候没有得到充分的父爱，经常感到被忽略、不被爱，这使她感到爸爸对她的教养方式是忽略她，不爱她，她是个多余的人。

由于这种童年经历的影响，安小姐虽然特别渴望能得到男性的爱，但又很怕由爱带来的忽视和伤害。

为了避免别人以爱的名义伤到她，她索f！

生先伤害别人，以象征性地对父亲和其他成熟男人“以其人之道还治其人之身”。

安小姐虽然忽视和伤害那些接近她的人，但她的本意并不是想推开他们，而是想要他们承受这种伤害，继续对她好。

## <<Hold住爱情的心理学>>

这样好像就可以补偿小时候缺失的爱，潜台词是：“我给你们脸色看，你们还能来爱我，这才说明你们是真的爱我。

“她在考验男人，考验他们是否是真的无条件地爱她，但结局往往是让男人感到她忽视、不需要他们，或者感到她想要对他们发泄不满，于是纷纷离她而去。

## <<Hold住爱情的心理学>>

### 编辑推荐

《Hold住爱情的心理学》是女性爱情顾问，同时也可作为爱好心理学的人士提升专业素养的参考读物



<<Hold住爱情的心理学>>

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>