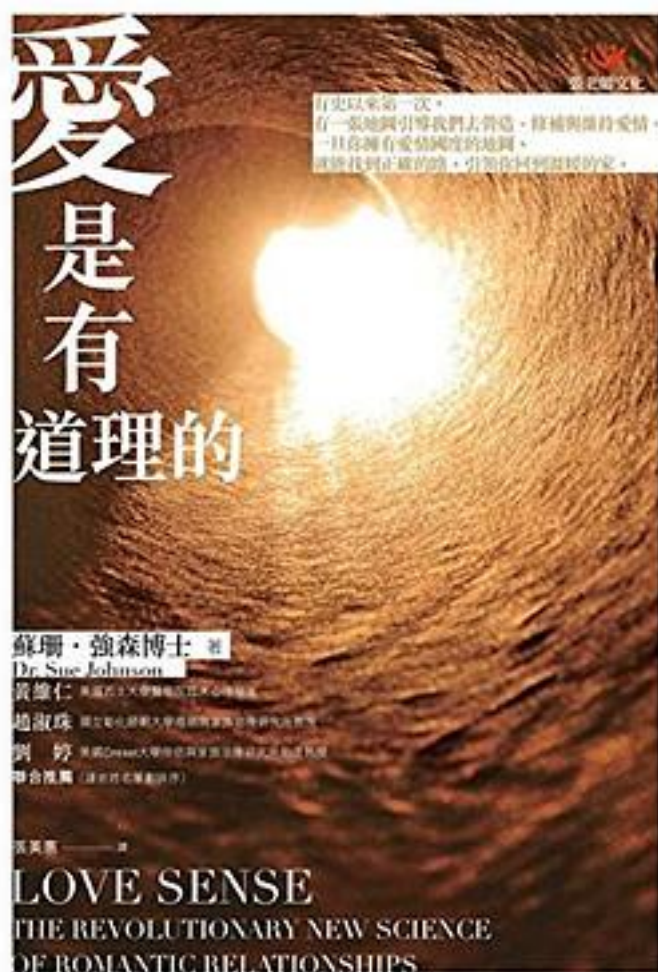


# 愛是有道理的



[愛是有道理的\\_下载链接1](#)

著者:蘇珊·強森 (Sue Johnson)

出版者:張老師文化事業

出版时间:2014-3-8

装帧:平装

isbn:9789576938344

有史以來第一次，有一張地圖引導我們去營造、修補與維持愛情。

一旦你擁有愛情國度的地圖，就能找到正確的路，引領你回到溫暖的家。

今天，我們透過科學研究，對愛情有了革命性、樂觀務實的新觀點：愛情絕非無解的難題，而是非常合乎邏輯、可以理解的。不僅如此，愛具有適應性與功能性，更棒的是可以形塑、修補與長久維持。我們終於明確知道，愛情是有「道理」的。

當今舉世公認的婚姻治療大師蘇珊．強森博士在本書生動呈現她與其他科學家歷經三十年臨床研究、實驗與應用的成果：破解愛的密碼，開啟改變關係的契機。你會發現，愛原來很簡單又不必遠求。再痛苦的夫妻只要能學習透過稍微不一樣的方式來因應情緒，同樣能修補感情的連結。

作者介绍:

目录: 目錄:

序1 為愛點燈的醫心大師 黃維仁

序2 Shall We Dance? 趙淑珠

序3 勇敢面對愛情的定心丸 劉 婷

前言 領悟愛情

第一部 關係革命

第1章 愛：典範轉移

第2章 依附：愛的關鍵

第二部 愛的新科學

第3章 情緒

第4章 大腦

第5章 身體

第三部 愛的進行式

第6章 歲月裡的愛

第7章 情感連結的崩解

第8章 重建連結

第四部 新科學的應用

第9章 愛的故事

第10章 二十一世紀的愛

謝辭

資源

參考文獻

．．．．． (收起)

[愛是有道理的\\_下载链接1](#)

标签

心理学

婚姻家庭

EFT

依附理论

張美惠[译]

nonfiction

SueJohnson

## 评论

如果说九个步骤是EFT的框架，这本讲的依附理论就是血肉，是精髓。写得真好呢，爱的道理就是如此啊。

-----  
我们对爱情有太多向往、期待、遗憾。但本书从生理、神经、脑科学、心理学研究等多方面告诉我们：爱是有道理的。爱很简单，就是情感的联结，是人本能的需要。我们需要与某个人建立内在安全的联结，需要确定感到被需要和被重视。情感联结也有益身心健康。另外，本书也提出爱的误区，以及新时代下的危机。

-----  
爱是有道理的，但是作者没说清楚。

-----  
爱与连接，一生的功课

-----  
[愛是有道理的\\_下载链接1](#)

## 书评

-----  
[愛是有道理的\\_下载链接1](#)