

我爱你



[我爱你_下载链接1](#)

著者:〔意〕 弗朗西斯科·阿尔贝罗尼 (Francesco Alberoni) 著

出版者:社会科学文献出版社

出版时间:2017-1

装帧:平装

isbn:9787520101875

这是一本关于爱情理论的著作，作者以生动的语言对爱情进行了全面而系统的分析和阐述，并提出了相关理论。作者认为形成爱情关系一般要经历四步。第一步和愉快原则有关。我们会和那些给我们愉快感觉的人在一起。例如，小孩爱他们的母亲就是这样。但在成人世界中，关系仅靠愉快的感觉维系是很脆弱的，所以当这种感觉消失时，人们通常倾向于分手。第二步和对损失的体验有关。我们最强烈爱的对象似乎总在躲避我们，或者这种爱有可能被夺走。第三步和别人的判断对我们的影响力有关。简单地说，就是我们对别人关于某人或某事是否令人满意或是否值得拥有的暗示是敏感的。第四步与坠入爱河时最初的体验和彼此燃烧的程度有关。

在阐述了爱情四步曲之后，作者还对爱情中的竞争关系、夫妻的形成、爱情及婚姻中的忠诚与不忠诚、婚姻中的感情危机等方面做了独到的分析。

本书是作者在社会心理学方面的力作，已经被译成17国语言。

作者介绍:

弗朗西斯科·阿尔贝罗尼，意大利知名社会心理学家、专栏作家。

梁若瑜，东吴大学心理系毕业，从事法语、英语、意大利语翻译工作。

| | |
|--------------|-----|
| 目录: 第一章 情侣之爱 | 001 |
| 爱情这门科学 | 001 |
| 爱的关系 | 003 |
| 从哪里开始? | 005 |
| 关于恋爱 | 007 |
| 相恋的夫妻 | 010 |
| 扭转一下观点 | 014 |
| 第二章 恋爱 | 020 |
| 为什么恋爱? | 020 |
| 何时恋爱? | 024 |
| 与谁恋爱? | 030 |
| 一见钟情 | 041 |
| 共同的理想 | 046 |
| 从友情到爱情 | 049 |
| 第三章 爱情关系 | 052 |
| 喜欢的原理 | 052 |
| 失去 | 054 |
| 指标 | 059 |
| 初生状态 | 061 |
| 第四章 共同体 | 068 |
| 共同体“我们” | 068 |
| 创造与摧毁 | 070 |
| 诞生与情操 | 072 |
| 男人与女人 | 075 |
| 道德问题 | 077 |
| 第五章 真正的恋爱 | 079 |
| 第六章 其他形式的爱情 | 089 |
| 崇拜之爱 | 089 |
| 竞争式爱情 | 100 |
| 财富利益和社会经济地位 | 106 |
| 造假 | 109 |
| 慰藉之爱 | 111 |
| 第七章 性爱 | 114 |
| 恋爱中的情欲 | 114 |
| 其他形式的性爱 | 119 |
| 性爱迷恋和压抑的恋爱 | 122 |
| 柏拉图式的爱情 | 126 |
| 第八章 深情 | 129 |
| 情深 | 129 |
| 秘密恋情, 金屋藏娇 | 133 |
| 第九章 嫉妒 | 138 |
| 爱情初始时的嫉妒 | 138 |
| 抑止爱情的嫉妒 | 141 |
| 促进爱情的嫉妒 | 145 |
| 对过去的嫉妒 | 147 |
| 嫉妒的爱 | 151 |
| 第十章 放弃 | 157 |
| 受压抑的恋情 | 157 |
| 放弃 | 161 |
| 挫折与创造 | 167 |
| 憎恨的功用 | 170 |
| 第十一章 征服与再征服 | 174 |
| 诱引 | 174 |

渐进的恋爱／181
再征服／184
第十二章 情侣的形成／187
融合与个体化／187
考验／189
天人交战／193
不归点／196
相互性的协定和体制／198
婚姻／200
第十三章 体制：精神上的和物质上的具体化／203
体制／203
生活规则／204
礼物／207
从游牧到定居／210
女人和家／213
不协调／215
第十四章 共同生活的类型／218
同一个屋檐下／218
分隔两地／220
与子女同住／222
情人／225
第十五章 忠实与不忠／229
忠实与专一／229
骚动的性欲／232
忠实的协定／237
复数的爱／240
开放式婚姻／243
恋爱周期／244
第十六章 早发的危机／249
为何出现危机？／249
缺乏爱意／249
伪爱／256
互相抵触的计划／259
外在因素／260
削弱对方／261
超越一个不归点／264
第十七章 历久弥新的夫妻／267
一同成长／267
友情／270
亲密感／273
利害与共／277
第十八章 迟来的危机／279
为何出现危机？／279
过去的重现／282
分歧的发展／284
竞争与嫉妒／286
激怒和挑衅／288
生活周期的转变／291
通过初生状态而结束的恋爱／292
第十九章 什么是爱情？／297
第二十章 相恋的夫妻／302
相恋的夫妻／302
持续不断的重生／305
有生命的共同体／310

历史与使命／312
情 欲／314
复合性／317
· · · · · (收起)

[我爱你 下载链接1](#)

标签

爱情

心理学

两性关系

弗朗西斯科·阿尔贝罗尼

伦理学

意大利

社会学

人文社科

评论

把理论研究和丰富的体验融为一体，让抽象思考和情感代入不断交替，我们终于懂得了什么才是“爱”。

今天，我失去了爱情

一切感性的事物由理性来进行分析阐述，用理论来证实它的存在法则，我还觉得看完感觉特别对味。

可能是看了另一本北大出版社的恋爱心理学，觉得这本逊色了些，逻辑方面欠缺，不过作为日常了解也是绰绰有余。但最近看心理学比较偏重系统性，本质性，严谨的书籍。最好能方便我画出整本书思维导图的那种。这本书的要点不太好归纳和总结。

read it, not follow it

一般。

当年看前半段是为了找一个女朋友，现在看后半段发现维持一段感情更难

语言较为生动，也有一定的文学性特征。但作为一本社会心理学书籍，逻辑性较为薄弱，概念的界定和厘析较为缺乏。

9(19)爱情这个命题玄之又玄，被当成一门科学来研究却是有太多的变量，不过书中有些事情说的确实不错，喜欢的肇因往往很简单，但升华成爱，却需要经过很多考验，这其中的消磨可能把绝大多数的喜欢都抹去了，不过即使为数不多存留下来的，也可能在继续的日子被生活本身磨灭。我在看书的时候，无数次联想起我现在的处境，也许是经历还太单薄，我无法想象之后的生活。

细致入微地分析了爱情人格，永远不会对对方感到厌倦，灵魂相契，仍然可遇不可求。

感受到作者对于爱情的激情，不过我好像很想看“how”而不是"what"

跟我所理解的大体一样

很多观点，我并不能太认同。口水书一本，翻译也颇为无趣，快速翻翻也就罢了。
另，来自盼盼姐送的她们社里的书，都没通知我一声，就随着其他礼物一起寄过来了，大大惊喜了一场呢。

我的爱情圣经

废话连篇，不知所云何物，而且大段照搬小说原文。看它就是在浪费人生。

确实是把爱情当做一门学问在探讨，但是受个人经验所限，看不懂的好多。

读了那么多书也没能读懂爱情

爱？不仅仅是个动词，它可以是一刹那，也可以直到生命的尽头;它可以是荷尔蒙瞬间的爆发，也可以是细水长流的喜欢;它可以让除自己以外的一个人变得跟自己一样真实，一样重要;它可以让人们共同建造一个完整美好充满了希望的世界！它同时也会让人心死，让人从睡梦中惊醒，让整个世界分崩离析，悔自当初。

一边看这书，一边整理自己失恋的过程。慢慢地，对人生有了新感悟。

[我爱你 下载链接1](#)

书评

爱？不仅仅是个动词，它可以是一刹那，也可以直到生命的尽头;它可以是荷尔蒙瞬间的爆发，也可以是细水长流的喜欢;它可以让除自己以外的一个人变得跟自己一样真实，一样重要;它可以让人共同建造一个完整美好充满了希望的世界！它同时也会让人心死，让人从睡梦中惊醒，让整个世界...

情不知所起，一往而深；求之不得，辗转反侧；或长相厮守，或渐成路人，也或许间隙丛生，翻脸成怨偶。爱情是个千古谜题。我爱你，到底怎么回事？
意大利作家弗朗西斯科·阿尔贝罗尼在20世纪90年代开始探讨各种类型的爱情，先后发表了《求偶之歌》、《初恋》等，他跃上国际畅销书...

[我爱你_下载链接1](#)