

刘 达 临

# 爱情心理学

安徽人民出版社

AIQING  
XINLIXUE



844

·心理学丛书·

# 爱情心理学

刘达临 著

安徽人民出版社

封面设计：蒋万景  
责任编辑：丁怀超

## 爱情心理学

刘达临 著

\*

安徽人民出版社出版

(合肥市回龙桥路1号)

安徽省新华书店发行 安徽新华印刷二厂印装

\*

开本：787×1092 1/32 印张：5.625 字数：130,000

1986年7月第1版 1987年7月第3次印刷

印数：115,001—185,000

统一书号：3102·623 定价：0.90元

## 前 言

---

千百年来，被人们普遍赞颂、普遍追求的事物，恐怕莫过于爱情了。爱情是永不熄灭的生命之火，它是诗人和艺术家们讴歌的永恒的主题。

爱情是奇妙的。爱的微笑象一把神奇的钥匙，可以打开心灵的迷宫。它的光芒照亮了周围的一切，给万物增添了万紫千红、晶莹灿烂的奇异的幻景。

爱情给人们带来了莫大的喜悦和幸福，使人们感到一切是那么理想，那么光明。这正如费尔巴哈所说的：“对于恋爱对象来说，最大的幸福就在于爱情以自身的存在而使她（地）感到快乐……只消瞥一眼心爱的人，我们会心醉。”

爱情使人们充满了巨大的内在力量。它使相爱的人勇敢地面对困难，鼓舞他们去建立丰功伟绩。一个人在他追求既定的目标，追求朝思暮想的感情共鸣的时候，会觉得生活中没有克服不了的障碍。

可是，爱情世界里又充满了矛盾：它是现实，又是幻想；它是理智的，又是疯狂的；它使人欢乐，又使人痛苦；它使人高尚，又使人卑下；它使人勇敢，又使人怯懦；它使人丰富，又使人空虚。爱情之花开得那么鲜艳，为什么有时又会凋谢？爱情之火烧得那么炽烈，为什么有时又会熄灭？为什

么节日般的欢乐会变成沦入地狱式的悲哀，是哪个恶魔用那黑色的斗篷遮住了幸福的星光呢？

于是，人们在思考，人们在探索。这正如莎士比亚在《威尼斯商人》中所写的：

告诉我爱情生长在何方？  
还是在脑海，还是在心房？  
它怎样发生，它怎样成长？

回答我，回答我。

爱情的火在眼睛里点亮，  
凝视是爱情生活的滋养，  
它的摇篮便是它的坟堂。

在这些问题面前，许多人迷惑不解，许多人看不清方向。然而，爱情并不是理性完全不可及的领域。爱情是可以用科学方法来研究的，正如人类生活中其它具有生物社会特征的领域一样。不过，这要求许多学科如生物学、心理学、社会学、哲学、历史学、美学、伦理学的通力合作。

爱情是在人类自身再生产本能同社会环境相互作用的基础上产生的。爱情的基础是由生物因素和社会因素构成的，它的本质在于它的社会性。这种十分复杂微妙的高级情感和人的思想、信念、志趣、意志、认知水平和价值体系有着十分密切的关系，它本身就是一种特殊的心理结构，又同心理生活的各个领域息息相关。因此，我们着重从心理学的角度来进行探索，也许能早一点揭开笼罩在爱情领域的纱幕，从变化莫测的现象中探寻一些规律性。

这就是写作本书的目的。谨将此书奉献给千千万万在爱河中游泳的青年男女们，祝他们认清方向，击水搏浪，成功

地到达幸福的彼岸。

作 者

一九八五年十月

# 目 录

- 
- 第一章 择偶心理
- [1] 一、“马路求爱者”析  
——谈社会认知
- [5] 二、见其一点，不及其余  
——谈光晕效应
- [9] 三、爱情的魅力在哪里  
——谈吸引力
- [12] 四、他徘徊在十字路口  
——谈需要
- [16] 五、“事业型”与“家庭型”  
——再谈需要
- [20] 六、“我们侍候你一辈子”  
——谈动机
- [24] 七、在爱情天平的两端  
——谈价值定向
- [30] 八、男子气和“娘娘腔”  
——谈气质
- [33] 九、不要做“疙瘩的老处女”  
——谈择优心理

## 第二章 恋爱心理

- [38] 一、初次见面印象深  
——谈首因效应
- [41] 二、怎样打开自己的心扉  
——谈自我暴露
- [45] 三、落花无意，流水有情  
——谈恋爱错觉
- [49] 四、她的恋爱为什么屡遭挫折  
——谈逆反心理
- [53] 五、怎样说出“我爱你”  
——谈心理交融
- [57] 六、何必要同他分手  
——谈从众心理
- [61] 七、让他死了这条心  
——谈心理相斥
- [65] 八、让理智克服冲动  
——谈角色心理变化
- [68] 九、巧珍为什么要举行旧式婚礼  
——谈婚礼心理



### 第三章 家庭心理

- [73] 一、她脸上幸福的红晕怎么消失了  
——谈心理准备
- [78] 二、对家庭期望的两个公式  
——谈期望值和实现值
- [81] 三、同声相应，同气相求  
——谈态度
- [85] 四、爱妻子，也爱石头  
——谈心理认同
- [88] 五、从另一个人身上找到自己  
——谈自我观念
- [92] 六、有这么一件离婚案  
——谈个性
- [97] 七、从“私房钱”到“自主权”  
——谈心理空间
- [100] 八、夫妻生活中要有“调味品”  
——再谈心理交融
- [104] 九、一句话十样说法  
——谈语言交流

- 
- [107] 十、此时无声胜有声  
——谈非语言交流
- [111] 十一、投以木桃，报以琼瑶  
——谈互惠心理
- [114] 十二、夫妻订个“爱情公约”  
——谈规范心理
- [117] 十三、不要忽视夫妻性生活的和谐  
——谈性心理

#### 第四章 矛盾心理

- [122] 一、当妻子眼泪汪汪的时候  
——谈心理平衡
- [126] 二、该往哪里出气  
——再谈心理平衡
- [129] 三、要自找“台阶”下  
——三谈心理平衡
- [133] 四、不要对配偶横竖不顺眼  
——谈心理对比
- [137] 五、万元家产为啥养不住一个老婆  
——三谈需要

- 
- [141] 六、一张照片挽救了一个家庭  
——谈记忆
- [146] 七、还是应该向前看  
——谈遗忘
- [149] 八、积极品质和消极品质  
——再谈吸引力
- [153] 九、把家庭的“篱笆”扎得紧一些  
——三谈吸引力
- [158] 十、配偶犯错误了怎么办  
——谈动力定型
- [161] 十一、自作聪明食苦果  
——谈猜疑心理

## 第一章 择偶心理

### 一、“马路求爱者”析

#### ——谈社会认知

华灯初上，一位姑娘看完了电影，在路上走着，准备回家。

忽然，从后面追上来一个衣着入时的男青年，跑到姑娘面前，彬彬有礼地一弯腰：“小姐，恕我冒昧，我们交个朋友好吗？”

姑娘一愣，望着这个素不相识的人，一时说不出话来。

这位男青年又说：“我是一个科研单位的技术人员，家里有房子，我的叔叔是香港一家大公司的经理……”

奇怪，你家里有房子，你叔叔是大经理，干我什么事？这是事实吗？即使这是事实，就能提高你的身价，使人羡慕你吗？这个人好象不大正常，不睬他，赶快走！——姑娘这样想，于是加快了脚步。

但是这个男青年在后面继续纠缠，紧追不舍。

……

这是近来在上海马路上时有发生的事。陌路相逢，有些漂亮姑娘常会遇到这种“马路求爱者”。有些“马路求爱

者”还会对姑娘说出什么“我对你一见倾心”，“我认为你是世界上最好的姑娘”等一类的话来。如果姑娘不睬他，走自己的路，他会盯在后面，往往使姑娘十分惊慌，甚至绕路而行，唯恐这种人知道了自己的家庭地址，到家里来纠缠不休。

这种“马路求爱者”是什么人呢？他们的这种行为正常不正常呢？

“马路求爱者”有好人和坏人两种可能，我们先从假设他是好人分析起吧！

他是一个渴望爱情的男青年。他在马路上看到一位姑娘一见钟情，于是情不自禁地演出上述那一幕来。

他一见倾心，“倾心”于什么呢？不言自明，他是倾心于姑娘的美貌，因为他除了这位姑娘的外表以外，对其它什么都不了解；而这种“马路求爱者”从来不会去纠缠一个容貌平平甚至丑陋的姑娘，也是一个明证。

这种做法，从心理学关于“社会认知”的观点来分析，是很不妥当的。

在社会生活中，对人对事怎么看，在心理学上称之为“社会认知”。有的社会学家认为“社会认知”仅仅是对人的看法，如对他人表情的认知、对他人性格的认知、对人与人关系的认知等。其实，人和事总是分不开的，我们总是通过一些事来获得对人的认识的。如认为一个人总是做好事，那么这个人就是好人了；如果认为他做的不是好事，全是坏事，那么这个人就是坏人了。

我们生活在社会中，一时一刻也离不开“社会认知”，因为“社会认知”决定了我们对人对事的态度。在男女恋爱

问题上，“社会认知”就更重要了，因为恋爱不是儿戏，恋爱的必然发展结果是婚姻，两个人是要在一起过一辈子的，因此，对对方了解吗？这个人值得爱吗？就显得十分重要了。爱情必须建立在正确的“社会认知”的基础上，如果没有正确的“社会认知”，这种“爱情”只不过是一时冲动而已。

那么对人怎样才能获得正确的“社会认知”呢？获得正确的“社会认知”，取决于主观和客观方面的许多条件，但主要的是以下三点：

一是长，指时间长。事物的本质有一个暴露的过程，两个人交往的时间越长，经历的事情就越多，人的本质就会暴露得越充分。

二是近，指空间距离近。人对人的了解，常常直接接触，易于了解，也易于发展感情。从这个意义上说，男女分在两地、用书信保持联系，就不如同在一地经常见面；而同在一地经常见面，又不如在一个单位工作，天天接触。

三是全，指了解要全面。要了解对方的思想、品德、理想、志趣、习惯、作风、健康状况以及历史、家庭情况等。如果有某一方面不了解，可能今后就在这一缺口上出现矛盾。

如果用这些标准来看“马路求爱者”，他的“社会认知”是什么呢？他对某个姑娘过去毫无接触，只是看了几秒钟，只是感觉到这位姑娘漂亮，于是就产生了“爱情”，不顾一切地去追求，这至少是一种轻浮的表现。他对姑娘的“认知”，仅仅是外在美，此外还有什么呢？

固然，爱美是人的天性，漂亮女子对于男子、漂亮男子

对于女子，都具有一定的吸引力，都容易引起异性的好感，这是人之常情。但是，好感和吸引力并不就等于爱情，因为爱情是一种更复杂、更微妙、更高级的感情。孔雀用开屏的美丽来吸引异性，但是人不是一般的动物，对方形态的美丽并不是产生爱情的主要动力。就以美来说，美可以分形体美和内心美。形体美表现为身材、容貌、服饰、打扮等；内心美则包括良好的思想品德、文化素养、举止作风等等。人们常常看到有些男女青年，容貌、打扮都很漂亮，但一开口说话，那举止神态，那语言内容，却很粗俗，于是给人的美感就大打折扣了。相反，我们有时认识了一位姑娘，开始时她并不给人以多少美感，外表并不出众，甚至毫不引人注目，但是与她相知越深，越感到她美，因为她的优良品德、劳动态度等因素，使她变得容光焕发。

这些道理都说明了：形体美只是一种表面现象，而内心美则反映了人的本质。前面所述的“马路求爱者”感到某个姑娘美，就去贸然追求，其实他也并没有真正“认知”姑娘的美，他至多感觉到了姑娘的形体美，而对内心美则毫无所知。仅仅是看到形体美就一见倾心，这种“爱情”（如果它被称为爱情的话）是十分浮浅与虚妄的。认识人的形体美只需要几秒钟，在这几秒钟内产生的“爱情”是什么东西呢？如果在这个基础上产生了“爱情”，那么总有色衰爱弛的一天。认识人的内心美，则要较长时间的接触、了解，建立在这基础上的爱情才是健康的和巩固的。泰戈尔说过，爱是理解的别名。在马路口，又怎么能做到这一点呢？邓颖超同志说过：“真挚的持久的爱情，不是‘一见倾心’，因为相互的全面的了解，思想观点的协和，不是短时期能达到的，必须

经过相当的时期才能真正了解，才能实际地衡量双方的感情。”这是完全正确的。

“社会认知”和认知者的认知结构，即年龄、性格、思想方法、文化素养等有很大关系，其中特别是文化素养，影响更大。一般说来，文化素养好、知识水平高的人对事物的认识比较正确，对真理比较容易接受，比较容易沿着正确的轨道前进；而文化落后又往往是和愚昧无知联系在一起的。我们再来分析那些“马路求爱者”，如果他所了解的只是姑娘的美貌，那么他企图使姑娘了解的又是什么呢？从他的自我介绍来看，总是自己多么有地位、家里多么有钱云云。这些话，也充分表现了他文化素养之低下与粗陋。就算他说的是真话，光凭这些就值得爱吗？一个姑娘，如果听到了这些，就怦然动心，这种姑娘又值得爱吗？

以上分析，是建立在假设这个“马路求爱者”不是流氓、骗子的基础之上的。即使他不是流氓、骗子，从他的言行来看也不值得爱。如果他是流氓、骗子，那就更危险了，有些女青年乱交马路朋友，上了大当，吃了大亏。爱情是一件很严肃的社会行为，可不能随随便便，当作儿戏。“马路求爱”实在太不足取了！

## 二、见其一点，不及其余

### ——谈光晕效应

上海电视观众熟悉的电视播音员晨光，被选入“最佳播音员”之后，收到了大量的情书。这些情书来势之猛，语言之烫，感情之迫，实在使他难以招架。



例如，江苏无锡某中学的一个女学生给晨光的信中有这样一段：“你如果不答应我，我这辈子就不嫁了。我要以此来表示我对你的爱。”

摘录姑娘的情书，丝毫没有责备之心，更无意嘲笑她们的一片痴情，只是想探讨一下这种爱是否合理，因为在现实生活中，这种现象还不是个别的。

现在有一些青年男女，往往看到某个歌星、影星获得了一定的社会承认，或者看到他们长得俊俏，具有某种吸引人的气质，就倾慕不已，想与之结为终身伴侣。这就很难说有多少思想的、社会的内容，而至多是一种人的本能的情感冲动。由情感冲动而来的爱慕之情，就其方向性来说，往往是单流向的；从成功率来看，则是微乎其微的。

这么说，有些人也许会不服气，甚至认为这是亵渎了他（她）们圣洁的爱情。他（她）们会说：那容貌、那气质、那工作成就，难道不值得爱吗？这有什么不对呢？

当然，这么说也有些道理。但是，普天之下，容貌好、气质好、有一定成就的人是很多的，在影剧界这样的人就比比皆是，难道对这些人都要去爱吗？爱情是许多因素综合作用的结果，单纯从某一点出发而产生的爱，特别是单纯从某些表面印象出发而产生的爱是相当不稳定的，甚至是靠不住的。例如，单纯地爱一个人的容貌、气质，这就很不够，因为配偶不是一个放在玻璃橱起装饰作用的洋娃娃。如果只是供装饰用，那么只要求她漂亮就够了，但是男女双方相爱后是要长期的共同生活，在长期共同生活的过程中，人的思想、品德、习惯、作风、学问、健康等都要发生作用，在这些因素中，只要有某一个因素有重大缺陷，都可能影响夫妻