

大众

心理学系列

爱情心理学

0.1

大众心理学系列——

爱情心理学

刘 平 汪海燕 编著
陈艳秋

华龄出版社

图书在版编目(CIP)数据

爱情心理学/刘平等著.-北京:华龄出版社,1997.4

(大众心理学系列)

ISBN 7-80082-778-X

I. 爱… I. 刘… III. 恋爱心理学 IV.C913.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(97)第 04716 号

爱情心理学

刘 平 汪海燕 陈艳秋

编 著

出版发行 华龄出版社

(北京市西城区大红罗厂街乙3号)

邮编:100034

经 销 新华书店

印 刷 中国铁道出版社印刷厂印刷

850×1168 毫米 大 32 开 6.25 印张 110 千字

1997 年 4 月北京第 1 版 1997 年 4 月北京第 1 次印刷

印数:1——18000 册

ISBN 7-80082-778-X/G·279

定价:11.80 元

内 容 提 要

爱情，是人类永远的话题。爱情心理，是人类所有心理中最为复杂的心理，也是最令人神往的一种心理体验。近年来，有关爱情心理方面的专著出了许多，但多为具体的心理学著作，其涉及的不外是爱情心理的成因、爱情心理的特征及爱情的曲折心理。本书在系统介绍和阐述了爱情的心理特征的同时，分析了爱情心理的结构和实质，并对爱情的异化心理、爱情的审美心理进行了深入浅出的探讨。

该书语言生动，行文流畅，既有理论的研究，又有实例的分析，具有广泛的实用性和可读性，适合广大青年读者阅读。

目 录

第一章 爱情的心理结构和实质	(1)
1. 爱情的生理因素	(1)
2. 爱情的心理因素	(4)
3. 爱情的社会因素	(9)
第二章 爱情与人的心理	(14)
1. 青少年的早恋心理	(14)
2. 青年爱情心理	(21)
3. 大学生爱情心理	(26)
4. 大龄青年爱情心理	(32)
5. 中年人爱情心理	(39)
6. 老年人爱情心理	(44)
7. 女性爱情心理	(47)
8. 男性爱情心理	(55)
第三章 爱情的心理特征	(61)
1. 求爱心理	(61)
2. 初恋心理	(73)
3. 热恋心理	(79)

4. 约会心理	(84)
5. 男女恋人心理	(86)
第四章 婚姻的心理特征	(93)
1. 婚前心理	(94)
2. 新婚心理	(98)
3. 生育心理	(103)
4. 婚后心理	(106)
第五章 爱情曲折心理	(116)
1. 单恋心理	(116)
2. 求爱失败心理	(120)
3. 失恋心理	(123)
4. 离婚心理	(132)
第六章 爱情中的其它心理特征	(137)
1. 逆反心理	(137)
2. 嫉妒心理	(139)
3. 羞怯心理	(142)
4. 恋旧心理	(143)
5. 互补心理	(146)
6. 错觉心理	(149)
7. 光晕心理	(152)
8. 缘分心理	(157)
第七章 爱情异化心理	(163)

1. 外遇心理	(163)
2. 三角恋心理	(170)
3. 婚前性行为心理	(178)
4. 同性恋心理	(182)
第八章 爱情审美心理	(186)
1. 爱情审美的气质、风度、智慧美 ...	(186)
2. 爱情审美中的人体装饰美	(189)
3. 爱情审美中神秘感	(191)

第一章 爱情的心理 结构和实质

爱情是多种因素的组合体，生理因素、心理因素和社会因素促成了爱的结合。爱情是一种复杂的、多方面的、内容丰富的社会现象。它是性爱与异性温存需求的统一，是相互理解与彼此亲密接触的需求的统一。即生理活动和心理活动的统一，自然和社会性的统一。爱情产生的生理基础在于人的生物本能——性欲，这种本能欲望不仅把男女的肉体，而且把男女的心理推向一种特殊的、亲昵的、深刻的结合。爱情体现着人的深刻的社会性，它是男女间的一种最亲密的社会关系，它通过一定的社会形式把人的自然属性和社会属性联结在一起，从而引起两性精神最深沉的冲动。一旦爱情产生，其中精神因素便成为维系永恒爱情的关键因素。

1. 爱情的生理因素

青春性是性机能成熟期，在此阶段由于性腺的功能

开始显化，性机能逐渐趋于成熟。丘脑下部分泌出促进性腺素，促使脑垂体分泌出性激素，再促使人的生殖器官中的性腺发育并分泌出性激素。性激素的作用在于刺激性器官的发育、成熟，激发副性特征的出现。主性器官的变化称为第一性特征，随之而来的第二性特征，即副性特征的出现。第二性特征是指青春期男女特有的在性激素的刺激下所出现的身体内外的一系列变化，如男性喉结突出，肌肉发达，长出胡子，声调变低，体格变得高大；女性乳房隆起，声调变高，骨盆增大，皮下脂肪丰富等。由于性激素分泌增多，性机能迅速发展，男女开始强烈意识到两性差别和性意识的觉醒，人们通常称之为“情窦初开”。

在青春期，由于性机能的迅速发展和成熟，引起了青年男女生理上的重大变化。其中主要变化之一，表现为含有性因素的刺激与反应增多，对有关性的问题反应比较敏感，体验比较深刻。首先，表现为由于性机能的成熟，使人对性的刺激的反应特别敏感，这时来自异性的刺激，如俊美的容貌，柔和的声音，温馨的肌香等，都有可能引起人的性冲动。另外，外生殖器官受到刺激时也会引起人对性的冲动。人对这些由视觉、听觉及嗅觉所引起的性冲动的反应和由于外部刺激部分外生殖器官所得到的性快感，使人开始对异性的寻求。

其次，随着性机能的逐渐成熟和性感知的不断积累，人就会自觉或不自觉地经常思考一些异性的问题，从而对这些问题有所认识。如少年在思维过程中把过去所得到的一些自我性感知与现实中的异性对象联系起来，因而对两性的关系和意义有所了解；又如青年想象异性对象，考虑如何追求异性对象等。

再次，由于在日常与异性的接触中，人逐渐地认识了两性的差别及关系，对异性开始抱有一定的态度，如对异性的好感、思慕、爱情和性嫉妒等。

最后，由于性生理的成熟，青年产生对性知识的兴趣，这是青年性意识发展的必然产物和正常表现。随着第二性特征的出现，特别是男子的第一次遗精，女子的“初潮”之后，青年男女对性知识的兴趣明显增加，希望了解有关性方面的知识。如爱看有关性知识方面的书籍；同性在一起常谈论有关异性方面的问题，男女青年，尤其是女青年特别喜欢看爱情小说和有关家庭生活方面的小说，常把描写爱情的语句、诗词细心地摘抄下来，甚至背熟。随着生理发育基本完成，男女青年就会从内心深处感到异性吸引的存在。因而总是以直接的或间接的方式接近异性，探索异性的秘密。或者以各种方式引起异性的注意，对异性表示好感，希望得到异性的爱。正如德国著名诗人歌德说过的：“哪个男子不钟情，

哪个少女不怀春。”异性之间的相互吸引和爱慕是青年恋爱成功与婚姻美满的基础之一。

2. 爱情的心理因素

性爱是产生爱情的自然前提和生理基础，是性爱和非性爱的本质区别所在。朋友之间、同志之间、父母与子女之间的非性爱不包含性爱的成份。但性爱又是构成爱情心理结构的主要组成部分，青年男女恋爱顺利发展的结果是结婚，发生性关系。青年夫妇的性爱协调水平在一定程度上也影响着爱情。夫妻之间性生活的和谐有助于爱情的巩固和发展，而夫妻之间性生活的不和谐，往往又会造成彼此感情不和，甚至关系破裂。因此，青年夫妻正确对待与协调性爱是巩固爱情的重要条件。但它又不是构成爱情的唯一因素，构成爱情还有比较重要的心理因素。

那么，什么是爱情的心理因素呢？心理现象是人脑对客观现实的反映。遗传是心理产生的生理基础，而客观现实则是心理产生的源泉。正象莎士比亚对人类爱情所勾画的一段至理名言所讲的那样：“爱情不是花荫下的甜言，不是桃花源中的蜜语，不是轻绵的眼泪，更不

是死硬的强迫，爱情是建立在共同的基础之上的。”爱情作为人类的一种高级感情，无疑也要受人的遗传和后天因素的制约。这里所讲的“遗传”是指人的生物属性——性本能，后天因素是指建立在共同目标基础上的情感。因此构成爱情心理的因素是多方面的。

互相倾慕

恩格斯指出：爱情是“人们彼此之间以互相倾慕为基础的关系”。恩格斯的这一论断为我们揭示了爱情的另一个基础——男女之间的互相倾慕。因此可以说，两性的互相倾慕，是产生爱情的内在的心理因素。的确，爱情的产生不仅有其生理基础，更有其心理原因，它是男女彼此之间，在性欲的基础上，由于相貌姿态的喜悦，思想意识的一致，理想信念的相投，性格气质的相容，兴趣爱好的相近等因素而发生的心理共鸣，达到精神上的交融与和谐，使双方产生的一种特殊的兴奋、愉悦、倾慕、眷恋之情。这种由心理共鸣而产生的眷恋之情，即是男女互相倾慕之情。

在爱之初，男女之间的互相倾慕表现为：有对对方的柔情和心理依恋的需要。这时需要在情感上与异性接触，需要相互的了解和在内心上相互接近。男女双方在这相互了解之中，真正认识对方及其需要，又通过

认识对方来认识自己并了解自己的需要。双方在这种相互认识和了解中，建立起亲密的交往关系。正如黑格尔所说的那样：“爱情的内容只有恋爱者自我，由另一个人（恋爱对象）的自我反映出来，恋爱者从这种反映中又感到自己的自我。”“在这种情况下，对方就在我身上生活着，我只在对方身上生活着；双方在这个充实的统一体里才能实现各自的存在，双方把各自的整个灵魂和世界纳入到这种同一里。”黑格尔的这一论断包含了深刻的爱情辩证法内容。它说明爱情是两个人感情的交融，心理的共鸣，是爱他（她）和自爱的统一。对方的人品是我对人品的理解，对方的行为是我自己所确定的行为的标准，对方的言谈能唤起我的心声。这种双方人格的相照、理想的一致、志趣的相投，构成了一个“我中有他（她）”，“他（她）中有我”的“充实的统一体”，即彼此的互相倾慕，双方在此基础上才会产生结合的强烈愿望，这就是爱情赖以发生发展的内在心理因素。

心理和谐

心理和谐是指婚恋双方，对对方思想感情与心理特点方面的充分了解与适应，是保证婚前、婚后爱情美满的前提。一对情人或一对夫妻心理能取得和谐，就能体

验到欢乐、幸福与美满；心理不和谐则感到惆怅、失望和痛苦。心理和谐的程度越高，双方就越合得来；反之，心理和谐的程度越低，双方常感到别扭，甚至格格不入。非自愿的婚姻，如强迫婚姻和买卖婚姻所形成的夫妻关系，其心理往往难以协调。一般来说，是不存在真正的爱情的。心理的和谐不是一朝一夕就能达到的。正如邓颖超所指出的：“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，必须经过相当的时间才能真正了解，才能实际地衡量双方的感情。”

如果说，婚前的充分了解是婚后爱情心理和谐的前提，那么婚后夫妻在思想感情上的交流与融合则是巩固爱情的心理和谐的基础。有些青年夫妻认为结婚后相互了解心理协调便告结束，这种看法是完全错误的。结婚是强化心理和谐的重要手段，结婚之后又需要开始新阶段的心理协调。如果不注意婚后的心理协调，则有可能使已有的和谐受到影响。

在互相倾慕、心理和谐的基础上，心理的互补是融合双方个性、习惯、爱好情趣的重要手段。互补心理是实现这种融合的自觉意识。互补，就是要自觉地用对方的长处弥补自己的不足，用自己的优点去影响对方，就是要适应对方气质性格特点，并且以自己的气质性格特

点来提示对方，从而达到双方和谐的目的。因而，互补心理是爱情完善与升华的心理因素的核心环节。

忠贞不渝

男女青年的爱情本身包含着性爱的成份，而性爱又具有排他性，这也是符合现代人类社会的伦理道德的。因此，忠贞就成为爱情心理结构中的一个基本的重要因素。忠贞是爱情成功的基础，也是婚姻幸福的前提。青年男女的爱情是一种纯真的爱恋之情，是忠贞不二的，绝不能三心二意。当然，爱情的忠贞与把爱人看成是私有的附属品是完全不同的。爱情的忠贞是一种美德，是真正爱情的重要标志，它使男女双方感情相互交融、彼此心心相印。如果把爱人看成是自己的附属品，就会降低了爱情的价值，因而就会玷污纯真的爱情。而轻率地玩弄恋人，更是卑劣、低下的。

互尊与自尊

互尊和自尊是爱情心理结构中相辅相成的二个方面。恋人间的互相尊重是恋爱成功的一个重要心理条件；夫妻之间彼此尊重则是家庭幸福的一个重要的心理因素。

由于互尊是构成爱情的心理结构的一项因素，因

此，产生爱情的恋人双方和由爱情而结合的夫妻双方，都不会因为对方职位高低、能力大小而影响相互尊重。那种“男尊女卑”“夫唱妇随”或者“妻管严”的思想意识是违背爱情的互相尊重的原则的，它有损真正爱情的巩固和发展。

互尊与自尊二者是紧密相联系，缺一不可的。没有自尊，就没有真正的互尊。反之，没有互尊也不可能有真正的自尊。互尊与自尊是对爱情意识的评价这个问题的两个方面。

对自我正确地评价与体验才能做到自尊，对对方的正确评价与体验才能做到互尊。爱情成为人类最高尚、最纯洁的感情，与自尊、互尊在爱情中很自然地融合为一体有着密切的关系。在爱情中，自尊与自以为是、发号施令是格格不入的。互尊和低下三下四、没脸没皮、有辱人格的行为也是风马牛不相及的。在爱情中处理好两者之间关系，就会使爱情更加纯洁与高尚。

3. 爱情的社会因素

爱情在人生中的作用和地位很难估量，它常常成为天下男女长久追寻的生活目标和幸福，并且影响人的一

生。爱情也是人类对自己的创造力的一种美学和伦理评价，是人的本质的对象化的一种特殊表现。因此，人们择偶不仅考虑到对方的体格、健康以及容貌，而且注重风度、品格、修养、才智等具有社会意义的价值，并依照对方的价值尺度来改造和完善自己。所以说社会因素在爱情中起着巨大作用，也就是说爱情不仅仅能丰富人的情感世界，唤起了沉睡的自能机制，而且对人类社会的发展也起着巨大作用。

爱一个人，就是希望他（她）幸福，这无疑是对自私心理的否定，是向个人主义的挑战。为了爱，人们甘愿忍受痛苦和悲伤，甘愿献出生命。所爱对象的一举一动，一颦一笑，都牵动着人们的思绪。人们自觉或不自觉地跳出“自我”的小圈子，向利他（她）主义迈进了一步。很难想象，一个对待爱人吝啬得出奇的人会有美满的爱情。即使是非常自私的人，爱情也能使他（她）心甘情愿地作出某些牺牲。爱情把牺牲和幸福结合在一起，使人变得高尚。然而，爱情无疑是一种神圣的责任和义务，没有义务的生活是轻浮的，没有责任的头脑是空洞的，没有责任，爱情就不再更好了。“参与爱情的只有两个人，但是要诞生第三个生命，新的生命，这里就有社会利益”，这就是社会因素促使人们必须建立爱情组成家庭。