

心裡只有 「那個人」

戀愛心理的祕密

揭露男女極端微妙的心理，將神祕難解的戀愛本質給予淺顯的析釋。
精準利用49種心理原則，使男女關係不僅止於普通朋友！



作者／谷昌三 譯者／高群

心裡只有「那個人」

作 者	涉谷昌三
譯 者	高群
發行人	王紹庭
出版者	新路出版有限公司—園丁生活房 台北縣三重市重安街 102 號 8 樓 電話：(02)2978-9528 (02)2978-9529 傳真：(02)2978-9518
郵撥帳號	18939001 新路出版有限公司
出版登記	局版台業字第 301 號
總經銷	旭昇圖書有限公司 台北縣中和市中山路二段 352 號 2 樓 電話：(02)2245-1480 傳真：(02)2245-1479
印 刷	福霖印刷企業有限公司
出 版	2001 年 12 月初版
定 價	170 元

本書如有缺頁、誤裝，請寄回更換

心裡只有「那個人」

涉谷昌三著 高群譯



前言

澹谷昌三

「羅密歐與茱麗葉」是英國劇作家兼詩人莎士比亞的作品，也是舉世聞名的愛情故事。它是描述羅密歐和茱麗葉因兩家交惡，使二人愛情不得圓滿的一個悲劇故事。

不過，事實上，也正因周遭的反對，才使得二人的戀情更加熾烈，在心理學上，便將這種現象以此作品命名，稱為羅密歐與茱麗葉效果。

也就是說，就因為存在某些障礙，兩人的愛情才能更加深刻。相反的，太順利的愛情反而比較沒有發展的可能。

俗話說：「戀愛是盲目的」，這就是戀愛會使人失去常識和理性的例子。

即使沒有什麼阻撓，情侶們也很容易陷入這種情況，而如果有旁人插手的話，相愛的男女更會產生料想不到的衝動行為。

由此看來，戀愛似乎就像是脫了韁的野馬一般，難道就沒有可以使它馴服的方法

嗎？

天下那麼多男性，為什麼偏偏只喜歡上特定的一個人？能和喜歡的男性親近交往，卻為什麼始終發展不出戀愛關係，最後仍以普通朋友收場？

反之，令人羨慕的親密戀人，有一天卻突然分手了，這又是為什麼？而對於本來沒有愛情的男性，卻在不知不覺中產生了激烈的感情，又是怎麼一回事呢？

戀愛心理就是這麼的神秘難解，但其實只要知道方法，大部分的疑問還是可以解決的。

因此，本書就以心理學的知識，將戀愛的結構作一淺顯的說明，了解其結構之後，就不會再被它弄得暈頭轉向了。

在本書的第一章、第二章、第三章之中，將要探討「喜歡的法則」。男女在一起，並不是很自然地就會喜歡對方，而是要具備相當的條件才會喜歡上特定的人。

第四章則要告訴你如何創造更親密的關係。即使抱有好感也未必會成為愛情，在此將闡述不會僅限於普通朋友的秘訣。

第五章將告訴你如何確認愛情。愛是容易破碎的，本書將傳授你磨練愛情的方法。

第六章則是探討想擁有更愉快婚姻的心理準備。戀愛的时候就應該仔細考量二人婚後的關係，以免日後後悔。

閱讀本書，將可使你了解男性、女性、男女關係、喜惡和戀愛的心理。

當你受苦於男女關係、戀愛或單戀之際，本書所說明的心理原則也將有助問題的解決。

目錄

前言 3

第一章 愈看愈喜歡

1 首先，要讓他的眼睛「習慣」 17

——單純接觸的心理效果

2 你知道第一印象的厲害嗎？ 20

——初次接觸的心理效果

3 顯著的特徵會導致「一見鍾情」 23

——後光放射的心理效果

4 為什麼會被運動員吸引 27

——生理興奮的心理效果

5 展現容易了解的魅力 30

第二章

喜歡像自己的人

——外表評價的心理效果

6 故意遠離美女 35

——適性要求的心理效果

7 從和他「一致」開始 41

——類似意識的心理效果

8 相似的人會產生戀情 45

——模仿的心理效果

9 完全模仿他的動作和格調 48

——同步舞的心理效果

10 愈不安愈依賴 51

——親和慾求的心理效果

11 新戀情在失戀後立刻誕生 54

——自我評價的心理效果

12 使喜歡的人喜歡自己的東西 57

第三章

喜歡附近的人

——同價值觀的心理效果

13 預測「相似的情侶」的未來 61

——相互感化的心理效果

14 首先要住到他的附近 67

——近鄰的心理效果

15 希望遠離討厭的人 70

——對人距離的心理效果

16 距離較遠時也能以目相交 73

——對人凝視的心理效果

17 只想讓喜歡的人進入「勢力範圍」 76

——個體距離的心理效果

18 身體靠近心也會靠近 80

——密切距離的心理效果

19 靠近他是無言的告白 82

——剎那親密的心理效果

第四章 說服與被說服的心理學

20 接受約會之前要稍微婉拒 87

——亞里斯多德的心理效果

21 傳送「特別的人」的訊息 91

——特定化的心理效果

22 以個人祕密的告白作為二人的祕密 95

——自我坦白的心理效果

23 知道對方喜歡自己時會喜歡上對方 99

——好感回應的心理效果

24 在「自然的交往」中傳達熱情 112

——自我參與的心理效果

25 喜歡上麻煩自己的人 106

——自我負擔的心理效果

26 不要一味展現長處，也要讓他看到你的短處 110

——兩面呈示的心理效果

27 先貶後褒的順序很重要 113

——間接告白的心理效果

28 從「小小的請求」開始親近 116

——插足的心理效果

29 起初的「大請求」即使被拒絕……

119

——降低標準的心理效果

30 用「甜言蜜語」吸引他 123

——條件變更的心理效果

31 約會不可缺的三個動作 125

——三S的心理效果

32 由手便可了解不誠實的男性 128

——罪惡意識的心理效果

33 「重要的話」可以在用餐時說 131

——緊張緩和的心理效果

34 晚上約會比較「認真」 133

——昏暗的心理效果

第五章 愛與被愛的心理學

35 「一直在一起」未必會使愛加深 137

——豪豬的心理效果

36 二人的愛情——檢查質的變化 140

——戀愛指數的心理效果

37 如果開始避談私人話題時…… 143

——自我封閉的心理效果

38 意外性會使二人的關係持續 146

——非安定性的心理效果

39 失敗會產生的魅力 149

——失敗行為的心理效果

40 難以研判「喜歡」還是「討厭」 152

——雙重限制的心理效果

41 愈遭反對，愛情愈熾烈 156

第六章

結婚與離婚的心理學

——羅密歐與茱麗葉的心理效果

42 貴重的禮物是失戀的開始 159

——好感同等的心理效果

43 有麻煩時，該用電話還是當面說清楚 162

——處理消息的心理效果

44 病人對護士抱有好感的祕密 165

——感覺遮斷的心理效果

45 切入結婚話題的祕訣 171

——抽象意義的心理效果

46 夫妻維持戀愛感覺的方法 175

——尊重自主的心理效果

47 什麼樣的夫妻容易離婚？ 179

——防範離婚的心理效果

48 如果有很多人向你求婚而不知所措時 184

——魅力數值化的心理學

49 愈幸福的夫妻愈主張「私人地盤」

——勢力範圍的心理效果

187

第一章 愈看愈喜歡