

教育部推荐书目 大学生素质教育读本

上海市教委人文社会科学专项任务研究项目滚动课题

大学生恋爱心理

主 编 陶国富 王祥兴

副主编 王 群 徐 卫

沈 炜 高向东

朱小麟

华东理工大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

大学生恋爱心理/陶国富等主编. —上海:华东理工大学出版社,2002.6

ISBN 7-5628-1237-3

I. 大... II. 陶... III. 大学生-恋爱心理学
IV. C913.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 030274 号

责任编辑 严国珍

封面设计 王晓阳

大学生恋爱心理

陶国富 王祥兴 主编

出版	华东理工大学出版社	开本	850×1168 1/32
社址	上海市梅陇路 130 号	印张	10.5 插页 1
邮编	200237 电话(021)64250306	字数	261 千字
网址	www.hdlgpress.com.cn	版次	2002 年 6 月第 1 版
经销	新华书店上海发行所	印次	2002 年 6 月第 1 次
印刷	上海崇明晨光印刷厂	印数	1-11 050 册
ISBN 7-5628-1237-3/G·28		定价: 23.00 元	



序

菁菁校园,充满着由伟大思想、不朽著作和远大理想形成的令人陶醉的氛围。莘莘学子是校园生活的主体,大学生就是大学校园流动的生命源泉。新世纪大学生,对未来充满希望而对现实又求真务实。他们一方面犹如勤劳的工蜂拼命地吸吮着知识的花蜜,另一方面又对爱情充满憧憬。

大学校园是一种非常特殊的环境。各种思想和观点都在这里冲突激荡。在充满活力的大学校园中,具有浓郁的学术氛围,强烈的文化气息,密集的信息聚焦,浪漫的青春旋律。它是大学生人生旅途中的转折点,是大学生从幼稚走向成熟的心理期。这一期间,大学生的生理和心理发育处于十分微妙的发展阶段。同时,他们的世界观、人生观、价值观和爱情观也在逐步形成。

目前,我国在校大学生仍以寄宿为主,校园承担着家庭和社會的双重角色,大学生的生活主要都是在校园里度过,其生活中的主要信息都来自校园。越来越开放的大学校园逐步突破围墙的封闭状态,社会上各种各样的思想、观念对大学生的影响不可低估。在大学生的爱情观形成和发展的过程中,大学的恋爱教育势在必行。因此,调查大学生的恋爱现状,了解大学生恋爱心理,是把握大学生爱情行为的一把钥匙,也是学生工作中一个需要研究的组成部分。

《大学生恋爱心理》的作者都是从事大学生教育工作多年的学者和研究人员,他们比较了解学生的心理活动,他们从与学生相处的实践中,深切感受到大学生恋爱教育的重要性,他们在理论与实践的结合上,精心撰写了这部著作,我想这对大学生确实



是开卷有益的。愿它能帮助大学生理性地处理好学业、友谊和恋爱的关系,愿它陪伴大学生顺利抵达成才的港湾。

陶国富

2002年4月28日



目 录

前 言

第一章 关于爱情心理的思考.....	1
一 爱情的神奇魅力.....	1
1 爱情,优美的历史旋律.....	2
2 爱情,深沉的内涵真谛.....	6
二 爱情的心理定位	10
1 爱情在人生坐标的定位.....	10
2 爱情与事业是人生双翼.....	11
3 爱情只有纯真方能幸福.....	13
4 爱情应从网恋走向现实.....	14
三 大学生爱情心理面面观	15
1 大学生的爱情心理.....	15
2 大学生的恋爱困惑.....	18
3 大学生的恋爱教育.....	23
第二章 大学生初恋心理研究	30
一 初恋的参与心理	30
1 耳热的“悄悄话效应”.....	30
2 相遇的“心电波效应”.....	34
3 浪漫的“玫瑰梦效应”.....	36
二 初恋的审美心理	39



1	虚拟美的网络审美心理.....	39
2	外在美的近期审美心理.....	40
3	内在美的远程审美心理.....	41
三	初恋的遐想心理	43
1	“紫云英”的品蜜心理.....	43
2	情度关山的揭秘心理.....	46
3	“华尔兹”的启示心理.....	53
第三章	大学生热恋心理研究	58
一	热恋的晕轮心理	58
1	“一见钟情”心理.....	59
2	“情人眼里出西施”心理.....	61
3	“吃干醋”心理.....	63
二	热恋的理智心理	66
1	权衡恋爱与学业的天平.....	66
2	权衡恋爱与友谊的天平.....	74
3	权衡恋爱与成才的天平.....	75
第四章	大学生失恋心理研究	77
一	走出失恋的误区	77
1	“爱不成反成仇”.....	78
2	“我得不到别人休想得到”.....	79
3	“此恋不成终生不恋”.....	81
二	失恋情绪的修身养性	82
1	“酸葡萄”安抚心理.....	82
2	“重缘分”机遇心理.....	87
3	“放眼量”远程心理.....	92



三	失恋情结的情绪迁移	93
1	走出网上失恋的阴影	93
2	寻找宣泄的芳草地	95
3	失之东隅,收之桑榆	96
第五章	大学生早恋心理研究	99
一	早恋的探索心理	99
1	喜新猎奇的万有引力	100
2	“在水一方”的心灵呼唤	102
3	探索奥秘的生理渴望	106
二	早恋的尝试心理	108
1	伊甸园的浪漫憧憬	109
2	参照系的盲目从众	111
3	早涉爱河的缠绵执著	114
三	早恋的导向心理	117
1	友谊爱情的理性分野	118
2	知识恋爱的理性平衡	120
3	告别早恋的理性抉择	122
第六章	大学生畸恋心理研究	126
一	告别单向恋的迷离	126
1	来自海市蜃楼的希冀	126
2	恋爱拒绝“单通道”	128
3	驶出单向恋的心理孤港	131
二	不走三角恋的钢丝	134
1	三角恋是玩弄爱情的游戏	135
2	行舟不踏两头船	137
3	挣脱三角恋的心理羁绊	139
三	不食同性恋的鸦片	141



1	同性恋是一种畸形的爱	142
2	同性恋是性取向的偏差	144
3	不踏同性恋的心理雷区	148
第七章 大学生恋爱心理咨询.....		155
一	恋爱动机的心理咨询.....	155
1	恋爱动机的性别差异	155
2	恋爱动机的多样性	157
二	恋爱中断原因咨询.....	160
1	外在与内在的两难	160
2	期待心理与现实的矛盾	161
3	让恋爱走出困境的正确途径	161
三	恋爱行为的心理咨询.....	163
1	切勿投入“师生恋”	163
2	正确对待异性吸引	164
3	克服恋爱中的不良心理	166
四	恋爱受挫原因咨询.....	166
1	因为了解而分手	167
2	因为误解而分手	168
第八章 大学生恋爱心理分析.....		170
一	恋爱类型的心理分析.....	170
1	主动出击型心理分析	171
2	被动等待型心理分析	173
3	身不由己型心理分析	175
4	盲目从众型心理分析	177
二	恋爱动机的心理分析.....	179
1	寻求纯真,感情至上的心理.....	179
2	解除寂寞,寻找寄托的心理.....	181



3	尝试情感,学会成熟的心理.....	184
4	顺其自然,情感满足的心理.....	185
三	恋爱矛盾的心理分析.....	186
1	恋爱与学业的矛盾	186
2	恋爱与地域的矛盾	188
3	恋爱与择业的矛盾	190
4	恋爱与发展的矛盾	192
第九章	大学生恋爱心理评价.....	195
一	恋爱心理的文化评价.....	195
1	文化变迁的评价	195
2	文化碰撞的评价	199
3	文化融合的评价	201
二	恋爱心理的社会评价.....	203
1	公众舆论的评价	203
2	大众传媒的评价	207
3	专家视野的评价	209
三	恋爱心理的自我评价.....	212
1	学生个体的主观评价	212
2	学生个体的客观评价	214
3	爱情价值的理性评价	216
4	学生群体的综合评价	219
第十章	大学生恋爱审美心理.....	222
一	魂牵梦萦的择偶审美.....	222
1	心底倩影的朦胧审美	222
2	邂逅遐想的浪漫审美	223
3	先入为主的定势审美	226
二	如糖似蜜的恋爱审美.....	228



1	丝丝如歌的初恋审美	228
2	浓墨重彩的热恋审美	231
3	愁云悲雾的失恋审美	236
三	端庄大方的行为审美.....	242
1	讲究礼仪的行为审美	242
2	文明得体的语言审美	244
第十一章	大学生恋爱性心理.....	248
一	化解性角色的困扰.....	248
1	自我性角色的困扰	249
2	自我性角色的认同	252
3	异性交往的性渴望	254
二	平息性冲动的欲望.....	256
1	平息自我性冲动	257
2	平息热恋性冲动	260
三	调适性刺激的忧虑.....	263
1	自我性刺激的忧虑	263
2	性刺激的理性调适	266
第十二章	大学生恋爱心理自测.....	269
一	恋爱交往人缘自我测试.....	269
1	交往性格的自我测试	270
2	交往人缘的自我测试	276
二	爱情心理成熟度自我测试.....	281
1	恋爱观的自我测试	281
2	对异性或爱人了解程度的自我测试	285
3	责任感的自我测试	290
4	依赖性的自我测试	291
三	恋爱能力的自我测试.....	293



DAXUESHENG LIANAI XINLI

1	恋爱吸引能力自我测试	293
2	恋爱驾驭能力自我测试	297
3	恋爱控制能力自我测试	305
编 后.....		314

目
录

7



前 言

中国新世纪大学生青春年少,生气盎然。他们追求时尚而求真务实,他们标新立异而讲究效率,他们充满憧憬而注重现实,他们求知迫切而向往爱情。大学生恋爱已成为高校一道亮丽的风景。它是独特的校园文化、个性的青年文化和细腻的心理文化叠加的产物。它生动地抒写着新世纪大学生人生的心路历程。

在新世纪大学生的人生词典里,“爱情”是个富有魅力的字眼。大学生向往它,追求它,但又对它感到陌生;文学家赞美它,歌颂它,却又给它涂上了一层神秘的色彩。在品尝了恋爱的酸甜苦辣之余,莘莘学子一次次扪心自问:“爱情啊,你究竟是什么?”

追溯人类的文化渊源,我们发现已往的哲人对于所谓“爱情”也是众说纷纭:

古希腊的阿里斯托芬把爱情说成是前人被宙斯一分为二以后,“每一半都急切地扑向另一半”的一种力量;

费尔巴哈说过,爱就是成为一个人;

美国心理学家莱克在《一位性心理学家看爱情》中说,爱情是一种幻想,为了追求人的完美性,它还是一种必不可少的幻想;

斯宾塞斯在《心理学原理》中认为,爱情含有九大因素:一是生理上的性冲动,二是美的感觉,三是亲密,四是钦佩和尊敬,五是喜欢受人称许的心理,六是自尊,七是所有权的感觉,八是因人我间隔消除而取得的一种扩大行动的自由,九是多种情绪作用的高涨和兴奋。



保加利亚伦理学家瓦西列夫在《情爱论》中则认为,爱情是人类精神的一种最深沉的冲动。

.....

那么,大学生朋友们,你们认为爱情到底是什么呢?其实,爱情是两性之间以繁衍后代的本能为基础的,使人能获得强烈的生理和心理享受的、互相倾慕的一种纯洁而高尚的情感。

从社会文化人类学的视角看,这种纯洁而高尚的情感,并非自古以来就有的,它是人类进步,摆脱了原始人的生活习性,逐步走向健全和成熟的产物。随着人类历史的发展,人类的爱情是在同种间不合理的社会桎梏的拼死抗争中,渐渐地、一点一滴地争取着自己的地位。所以,纵览人类情爱的发展史,从某种意义上说,也就是翻阅一部人类社会发展史。

在原始社会,人类尚处在愚昧状态,婚姻在本质上是出于种族繁衍的本能。极其低下的生产力,迫使人类野穴群居,与此相适应的婚姻制度,自然也只能是野穴群居的群婚制。经历了漫长的岁月,生产力有了提高,人们有可能按年龄辈分从事劳动了,人们的意识中有了长幼之分,于是人类的性生活也就限制在同辈分的男女之间。

在我国上古时代,到处流传着兄弟姐妹之间婚配的故事。汉族神话中有女娲和伏羲兄妹成婚繁衍人类的传说;傣族叙事诗《召树屯》里,同样有兄弟姐妹通婚的描述;在纳西族的《创世纪》中,也有利恩兄妹成婚的叙述。这种现在难以想象的兄妹婚,在当时是天经地义的。这些传说真实地反映了人类最早的家庭形式——“血缘家庭”。

在古希腊神话中,据赫西俄德《神谱》记载:宇宙之初最早出现的四个大神中,有地神盖亚,盖亚生了天神乌拉诺斯,乌拉诺斯娶他的母亲盖亚为妻,生了六男六女。乌拉诺斯对自己的子女十分仇视,一生下来就把他们关在地下,不让他们看见阳光。愤怒的盖亚鼓励子女起来斗争,但是,只有儿子克洛诺斯一



人敢于反抗,并终于击败了乌拉诺斯,自己做了天神。这位克洛诺斯就娶自己的妹妹瑞亚为妻。后来克洛诺斯听说自己将来要被一个儿子所推翻,就把子女一个一个吞吃掉,但最小的儿子宙斯被母亲瑞亚藏了起来。宙斯长大以后,大战克洛诺斯,经过10年苦斗,终于推翻了克洛诺斯。从此,奥林匹斯山上建立了以宙斯为首的庞大的神系家族。

恩格斯说过:“神话是现实的扭曲反映。”从上述古希腊文化中,可以看到古希腊原始社会发展过程的一个缩影,它是人类社会婚姻关系重大变化的曲折反映。一代天神乌拉诺斯娶其母盖亚为妻,这是血缘家庭出现以前的写照。据考证,在血缘家庭中父母与子女之间的性交关系已被禁止,在这以前却是畅行无阻的;所以,血缘关系的出现是人类的一大进步。第二代天神克洛诺斯娶妹妹瑞亚为妻,是血缘家庭的写照。至于宙斯建立以男性为首的神的家族,则是人类社会由“母权制”向“父权制”过渡的写照了。

人类婚姻制度的每一次进步,都是为爱情的产生和发展铺平了道路。群婚制时代,群的单位越缩越小,使爱情降临人间的可能性越大。恰如恩格斯在《家庭、私有制和国家的起源》中所说,从一夫一妻制之中,因情况的不同,或在它内部,或与它平行,或违反它发展起来了,我们应归功于一夫一妻制的最伟大的道德进步:整个过去的世界所不知道的现代的个性爱。

这种“现代的个人性爱”,也就是人们通常所说的“爱情”。人类两性间的关系终于由“群”的关系,演变为“个人”的关系了,这就必然会将“个人性爱”这种正当的欲望从人类自身中唤醒。

随着人类同蒙昧状态告别,群婚制也就为对偶婚制所代替。在这种婚姻制度下,一个男子在许多妻子中有一个“主妻”,而自己对于这个女子来说也是她的许多丈夫中的一个“主夫”。同群婚制一样,由对偶婚制所诞生的子女并不知道谁是自己确切的



父亲,因此,也只能以女子为中心,这同那时的母系社会相适应。对偶婚没有永久性,无论男方还是女方,都有权随时解除“夫妻”关系。

金属工具的出现,标志着人类向文明跨进了一大步,畜牧业和农业的发展,使身强力壮的男子在生产劳动中开始居于主要地位,剩余产品渐渐多了,战争中的俘虏不再被杀掉,而是沦为奴隶。于是私有财产出现了,人们的私有观念也应运而生。拥有私有财产的男子,当然希望有属于他自己的子女来继承他的财产,因此也希望在婚姻中居于支配地位。于是母权制的丧钟敲响了,父权制的大门随之敞开。

人类社会的脚步一踏进父权制的大门,它的婚姻形式也就相应地要从以女子为中心变为以男子为中心。一个男子可以占有若干女子,其中的一个就是“妻子”。这样,一群男女就组成了一个生产和消费单位,担负着繁衍后代的责任,这就是现在人们已经习惯了的家庭的最初形式。

爱情是进步和文明的产物,人类社会过去、现在和将来的发展,人类婚姻制度的每一次进步,都将有利于爱情的发展而决不是相反。这一趋势,早在原始社会已显露端倪。从这个意义上说,爱情女神仿佛是一位得天独厚的骄子。犹如十月怀胎、一朝分娩。爱情在经过长期的阵痛以后,终于随着一夫一妻制的问世而诞生。因为只有在这时,才谈得上男女双方的互相选择,从而才可能出现情爱的定向沟通和发展。显而易见,爱情的出现标志着人类自身解放程度的扩大,因而是人类文明进步的产物。

一夫一妻制是同文明时代一起到来的,爱情的产生是和妇女在家庭中被奴役的地位一起出现的。所以,过去的爱情史,其实也是妇女的一部血泪史。爱情问题总是和妇女问题、整个社会的不平等状态纠缠在一起。这种产生于古代社会的一夫一妻制,尽管其外在形式几经变更,但是,它极端不平等的本质,却一



直延续到现在的资本主义社会。从这个意义上说,爱情女神又像是难民营里泪痕斑斑的弱女子了。

爱情在它问世以后的漫长历史阶段中,一直处于扭曲的发展状态。中外文学著作中成功的爱情描写,悲剧多于喜剧,眼泪多于欢笑。在封建社会里,通行的是“买卖婚姻”,尤其是“亲权婚姻”。在“买卖婚姻”中,女子沦为活的“商品”,男方只要肯出一定的价钱,就能占她为妻。电影《淘金王》中,美女小露珠被人转手倒卖二十多次,一次又一次地被别人当“临时老婆”。这就是典型的“买卖婚姻”的写照。

所谓“亲权婚姻”,又叫包办婚姻,也就是“父母之命,媒妁之言”。这种婚姻的基础是家族的利益,而绝不是个人的意愿。对于统治阶级来说,婚姻更成为一种政治行为,一种借此扩大自己势力的机会。在这种条件下,关于婚姻问题的最后决定权自然轮不到“爱情”来表态了。那时虽也有爱情,不过,它表现为青年男女之间的婚外性爱,或者表现为违反父母之命和家族利益的男女私奔,就像古人司马相如和卓文君那样。

到了资本主义社会,恰如恩格斯所说,尽管买卖婚姻和亲权婚姻的形式正在消灭,但它的实质却在愈来愈大的范围内实现,以致不仅妇女,而且对男子都规定了价格;这种价格不是根据他们的个人品质,而是根据他们的财产来确定的。当事人双方的相互爱慕应当高于其他一切成为婚姻基础的事情,可这在统治阶级的实践中是根本没有的,或者只有在不受重视的被统治阶级中,才有这样的事情。

漫长的历史,为我们吹响了爱情的前奏曲,我们从这前奏里,悉心揣摩着未来的剧情的基调和它的发展趋势。当前奏曲的最后一串音符还在空中盘绕时,“现代性爱”已经悄悄地拉开了自己的序幕。

在人类婚姻的旗帜上,醒目地刻印着情爱的徽记,这只有在社会主义时代才能成为现实。因为以爱情为基础的婚姻,对相



爱双方来说,都是完全自主的,只有完全获得了独立人格的人,才有可能真正地按照情感的发展去选择自己的配偶。所以说,只有在社会主义制度下,由于消灭了私有制,从而为实现人与人之间的平等关系奠定了坚实的基础。尽管由于生产力和生产水平的限制,使不少人还不能不考虑婚姻的非情爱因素,尤其是由于旧的封建传统势力和观念的阻挠,还有某些被爱情遗忘的角落。

情爱婚姻标志着人类道德的一种进步,标志着人类在婚姻上可以自由地驾驭自己的意志了。“择偶须谐千秋业,爱有源头情不竭。”惟有爱情的种子长成的婚姻之树,才能结出丰硕的幸福家庭之果。

从爱情发展的历史文化进程中,新世纪大学生朋友可以看清爱情的庐山真面目了:爱情是在一定历史条件下,一对男女尤其是青年男女之间基于一定的客观物质基础的共同生活理想;是在各自内心形成的最真诚的互相倾慕,渴望结成终身伴侣,并愿意为对方作出一定牺牲的情感;是性爱、友谊、理想和义务等各种因素交织在一起的高尚精神生活。

新世纪大学生是当代青年社会群体中,文化层次最高的亚群体。他们具有较高的悟性和理性,他们喜欢用自己独特的眼光来观察世界,用独立的头脑来思考人生,用个性的心理来直面爱情,用自己喜闻乐见的形式来恋爱。

但是,从生理年龄而言,大学生正处于青年期的前期,这是青年的心理成长期,是大学生求知欲最强烈,记忆力最牢固,想象力最丰富,思维力最敏捷,创造力最旺盛的黄金时节,是接受信息、掌握知识、提升自我素质的关键时期。

从心理年龄而言,大学生正处于人生“第二次心理断乳”时期。这一时期,他们离开家庭,告别父母,远离故乡,有一种孤独感。诚如女心理学家斯普兰格所言:“在人的一生中,再也没有像青年时期那样孤独,他们深陷于孤独之中,他们渴望得到人们