

# 《非诚勿扰2》

## 图书基本信息

书名：《非诚勿扰2》

13位ISBN编号：9787511308962

10位ISBN编号：7511308961

出版时间：2011-1

出版社：中国华侨出版社

作者：月老凡间

页数：234

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

## 《非诚勿扰2》

### 内容概要

《非诚勿扰2:恋爱心理课》对那些想谈恋爱、正在谈恋爱或者遭遇恋爱危机甚至陷入失恋痛苦的人而言，无异于一副最佳的心理良药。懂得了书中提供的24个心理学法则，就能强力提升你的恋爱运气！书中每一种视角和每一个观点都有助于你在现实中抓住真正的幸福，从而在爱情的道路上少走弯路。

## 书籍目录

Preface前言：问世间情为何物，一物降一物Chapter 1第一课 定位效应：找准自己的位置 什么是“定位效应” 你究竟为什么而爱？ 适合自己的，就是最好的 凤姐，你把自己摆错地方了Chapter 2第二课 首因效应：打开约会大门的钥匙 什么是“首因效应” 第一次见面，给女孩留个好印象 这样打扮，会让男人对你一见钟情 怎样约会才更浪漫、更完美 有关爱和吸引力的约会心理学Chapter 3第三课 黑暗效应：让彼此走得更近 什么是“黑暗效应” 最佳的约会场所在哪儿？ 闪电约会的科学性 提高约会成功率的五点核心提示Chapter 4第四课 吸引力法则：营造你的神奇恋爱磁场 什么是“吸引力法则” 男女之间的吸引力规则 吸引力源自于神秘感 关于男人吸引力的眼神练习Chapter 第五课 萨盖定律：目标太多等于没有目标 什么是“萨盖定律” 选择爱你的，还是选择你爱的？ 你能识破包围你的爱情谎言吗？ 如何在茫茫人海中钓到好老公？Chapter 6第六课 沉没成本：懂得取舍，是勇气更是智慧 什么是“沉没成本” 面对鸡肋式爱情，你该何去何从？ 结束了，就不要再沉湎其中 抓住还是放弃，顺其自然吧Chapter 7第七课 比林定律：学会拒绝，生活可以更轻松 什么是“比林定律” 对“巧克力爱情”说拜拜 拒绝了一个留美博士 如何拒绝男友的“非分要求”Chapter 8第八课 饥饿效应：“相见恨晚”的奥秘 什么是“饥饿效应” 给爱情一点点饥饿感 在寂寞、浪漫和平淡之间 如何把握恋爱中的“亲密”节奏Chapter 9第九课 巴纳姆效应：自信才能赢得爱情 什么是“巴纳姆效应” 患上“恋爱恐惧症”怎么办 丑女是如何找到浪漫爱情的？ 自卑让我错失良缘Chapter 10第十课 坐向效应：增进交流的秘密 什么是“坐向效应” 情侣间沟通和相处的6个原则 增进感情的7种沟通技巧 交流需要智慧，更需要方法Chapter 11第十一课 史崔维兹定理：爱情因真诚而美丽 什么是“史崔维兹定理” 动机不纯，就不要奢望得到真爱 花心和偷情的生物学理由Chapter 12第十二课 猩猩实验：爱情其实是一面镜子 什么是“猩猩实验” 学会投资爱，才会得到丰厚的回报 给爱找一面“镜子”来看清自己 有安全感，才会有幸福感Chapter 13第十三课 自己人效应：有共同语言才能爱的长久 什么是“自己人效应” 爱是一种欣赏，而不是改造 会“放电”的身体更有吸引力 不要追究恋人的过去Chapter 14第十四课 跷跷板效应：感情是需要互动的 什么是“跷跷板效应” 单恋是独角戏，爱情是对手戏 过分矜持，与幸福擦肩而过 “吵架”难免，你会是哪一种人Chapter 15第十五课 刺猬法则：亲密无间保持恋爱新鲜感 什么是“刺猬法则” 女人渴望爱情，男人渴望自由 不离不弃，爱情也需要合适的距离 女人恋爱中的永恒吸引力Chapter 16第十六课 磨合效应：爱情成功的必由之路 什么是“磨合效应” 闪婚，你会幸福吗 真爱需要一个调整的过程 该如何直面磨合期的爱情Chapter 17第十七课 “登门槛”效应：追求一步到位往往寸步难行 什么是“登门槛效应” 求爱诀窍，退一步也是追 给她送点儿小礼物，没有必要太贵重Chapter 18第十八课 墨菲定律：不要奢求尽善尽美 什么是“墨菲定律” 拥有了爱情，就别去碰暧昧 对方做不到的事，别强人所难 丢掉完美的“内心照片”Chapter 19第十九课 过渡理由效应：珍惜眼前人 什么是“过渡理由效应” 你的幸福味蕾够灵敏吗？ 从过渡期到“永久被爱”的秘密 爱的极致，是发现、是宽容Chapter 20第二十课 自我选择效应：选择比努力更重要 什么是“自我选择效应” 爱情陷阱，掉进去就出不来 尽量别选择苦苦追你多年的人 选择“爱”，还是选择“合适”Chapter 21第二十一课 猴子效应：学会放弃才最明智 什么是“猴子效应” 痴情是一种很难治愈病 不爱那么多，只爱一点点 请及时放弃变质了的爱情Chapter 22第二十二课 南风效应：没人能拒绝温暖的力量 什么是“南风效应” 林黛玉：爱哭的女孩有人疼 傲慢与偏见是恋爱的杀手 用28个拥抱挽回的婚姻Chapter 23第二十三课 蘑菇定律：你的爱情能经受住考验吗？ 什么是“蘑菇定律” 没有钱，我们能爱多久？ 选择房子，还是选择爱情？ 我们也是百万富翁Chapter 24第二十四课 幸福递减律：“吃不饱”也许更受用 什么是“幸福递减律” 幸福太多会麻木，浪漫不必太频繁 幸福要靠自己创造 爱情也符合“稀缺的才是最好的”吗

### 章节摘录

第一课 定位效应：找准自己的位置为什么癞蛤蟆非要吃天鹅肉？为什么灰姑娘一心只想嫁给王子？当“凤姐征婚”成为网络最大的笑柄时，我们不禁幡然醒悟：童话故事里的事，又岂能当真？我们的爱情，也需要找准定位。这也正应验了那句至理名言：适合自己的，才是最好的。太多不切实际的幻想，只会让自己高不成低不就，最终沦为真正“错过爱情”的剩男剩女。什么是“定位效应”？心理学家凯瑟琳很早就注意到这样一种现象：当心理实验的组织者召集着一群人到会议室开会，让人们自由选择位子落座，一段时间之后又请这些人到室外休息片刻再回来继续开会，结果当这些人再次入座时，组织者惊讶地发现：绝大多数人选择了他们第一次坐过的位子。如此五至六次的进行实验，被试者的反应和行为几乎都一模一样。于是，凯瑟琳把这种现象称之为“定位效应”。定位效应是指人们在对不确定的事物进行判断和估计时，常常先入为主地设定一个初始值，并且会一直固守这个初始值，很难轻易改变。定位效应给我们的启示在于：在现实生活中，人们一旦给自己或他人进行定位之后，就会很难再作出改变。因此，我们要清楚自己在生活中所扮演的角色（恋爱当然不能例外），给自己一个正确的定位是十分重要的。只有明确了自己的社会位置和角色，弄清楚自己真正想要的是什么，我们才能作出明智的选择（恋爱更不能例外）。要做到这一点，我们首先就要客观地认识和评价自己。你究竟为什么而爱？这是一个爱情“泛滥成灾”的年代，人们开始恋爱的年龄越来越提前，就连小学二年级的孩子都会说：“MM，我爱你。”可是，准备或正在恋爱的你，却往往忽略一个至关重要的问题：“你究竟为什么而爱？”如果不搞懂这个问题，无论你现在处在怎样的恋爱状态中，你的情感生活都可能出现偏差。不幸的是，很多人往往都没有想清楚这个问题，或者，他们是抱着一个错误的目的去恋爱的。

1. 爱情，别人有了我也想要童话、情歌、影视剧都像是品牌广告一样宣传爱情，广大的受众对象自然就会耳濡目染，对爱情充满了期待，就像期待一件件迷人的物件：衣服、手表、皮包、名车……想获得它，占有它。甚至往往在并不清楚它的定义，不清楚它对人生的影响之前，就迷恋它，期待它。晓林进了大学，看到身边的同学纷纷出双入对，她突然意识到，自己需要爱情了。于是也很快找了个男朋友，但是两个人的相处却并不那么融洽，最终以“无法忍受”而终结。晓林对此感到十分后悔，原来这种爱情并不像她期待的那样是一件“保值”的事物，而是一块会快速变质的蛋糕。如果你也像晓林一样，为了迷恋或占有爱情而去爱，就很有可能陷入“恋爱完美主义的情结”，对爱情中任何正常的“不完美”都会失望，渐渐地变成咒骂“爱情禁不住现实”的“爱情失望主义者”。
2. 到年龄了，大家都让我找个对象 香如25岁了，身边的长辈，同龄的好友都要她去找个男朋友，虽然香如自己还没感觉到有这个需要，但迫于“群体压力”，她只好开始了寻找之旅。好男人，坏男人，适合自己的男人，喜欢的男人……她根本分不清，只是一路懵懂地按照家人朋友的期待去挑选。她根本不清楚，现在的身边人到底哪里值得爱，甚至更不清楚，究竟该如何去爱另外一个人。要知道，爱是一种需要，它并不像水和粮食，人人每天都不能缺少。它也许更像电视剧，有些人需要，而有些人并不需要——并不是每个人在某个阶段都需要爱情。还是先想好自己的需要，再去选择它，往往更能拥有真正的幸福，也能让别人拥有幸福。如果你考虑清楚，你并不需要一段回肠荡气的爱情，你需要的仅仅是实实在在的婚姻，也并不是不可以。通向婚姻的道路，并不只有爱情一条。但你需要清楚地知道，自己真正要的是什么，然后再去选择对象，这才是对你和别人真心负责的一种方式。
3. 要不找个钱包吧，不再为经济所困从某种意义上说，爱情确实是一种交换，大部分人正是在用自己的爱来换回别人的爱。但也有一些人想换来的东西更加实际，也更物质化。梦竹想要的就是一个钱包，她经历过心痛的初恋，伤透了心，觉得爱情并不是适合她的东西，也不能替代面包。于是她觉得应该现实一点儿，找一个让自己衣食无忧的男人作为依靠。她愿意用爱情交换生活品质的保障，也想要以此显示自己最后那一点点的自尊和价值。出于不再为经济所困的理由，她才选择去爱，虽然这和很多人的爱情价值观不同，但这也是一种真实的人生。同样，承认自己这样的动机，至少也是对恋爱的一种尊重。事实上，每个人去爱的理由都可能不同，对自己爱情观的定位也有所不同。知道理由和定位的人，即使是不那么高尚的理由或者不那么大众化的定位，相对而言，自己也会过得心安理得一些。恋爱物语清楚自己究竟为什么而爱，是对自己爱情观的定位，是进入爱情的前提。当然，真正能让人圆满幸福的恋爱理由，是出于一种对人生分享的需要。用分享的方式获得爱，相互信任并作出承诺——爱情常以一种获得的方式开始，然后逐渐历经付出和承担——直到你真正学会了分享、付出与责任，才能最终完满地获得它。你究竟为什么而爱？这并不是一个很复杂，但却是一个很重要的问题，在你冥思苦想到底该爱谁之前，请先想一想这个基本问题吧。适合自己的，就是最好的伊

## 《非诚勿扰2》

莎白·巴莱特在15岁那年，由于骑马不幸摔伤了脊椎骨，此后的很长一段时间，她只能困守在楼上的静室里，在一个沙发上寂静地安度岁月，莎士比亚与那些古希腊诗人的作品是她唯一的慰藉。“见过她画像的，都不能忘记她那悲怆的一双眼睛”。然而，1844年，39岁的伊丽莎白·巴莱特，结识了小她6岁的诗人罗伯特·勃朗宁，生命从此打开了新的一章。勃朗宁大器晚成，当同期的一些诗人熠熠生辉的时候，认识他的天才的，只有少数的几个人，伊丽莎白·巴莱特即是其中之一。一次，勃朗宁读到巴莱特的诗，发现她引用了自己的诗句，感到莫大的欢愉。于是，他迫不及待地给这位同行写信，仿佛俞伯牙遇到了钟子期：“亲爱的巴莱特小姐，你那些诗篇真叫我喜爱极了。”女诗人很快回信说：“亲爱的勃朗宁先生：我从心坎深处感谢你。”由此，“一叶薰香”的浪漫恋情由此拉开了序幕。他们不断地互通信札，“彼此贡献早晚的灵感，彼此许诺忠实的批评”。从文学到人生，从爱好到性情。最初五个月的密切通信，使伊丽莎白·巴莱特灰暗的生活豁然开朗，仿佛拥有了灿烂的阳光。每一天她最开心的时刻，就是黄昏降临，听到邮差的那一声叩门。后经勃朗宁的几次请求，她终于准许他来见她。他终于见着她了：可怜瘦小的病模样，蜷伏在沙发上，客人来临都不能起身相迎！这让他的心里瞬间涌起无限的爱怜……翌日，巴莱特就接到了勃朗宁的一封求爱信。在迟暮的岁月里赶上了年轻的爱情，这让她既欢欣又自卑。经过一宵踌躇，她“忍痛”警告他：再要如此，便不再见他。勃朗宁慌忙写信去谢罪，解释前信只是因为感激而把话说过了头，请求退还原函。（信退回时，勃朗宁红着脸将其销毁。他们的通信集中单缺这一封，使后来成为勃朗宁夫人的芭莱特一提到此事就感到非常的懊丧）。“风波”过后，勃朗宁没有放弃。他住在伦敦近郊，乡间清新的空气，红的玫瑰、紫的铃兰……不断通过邮差传递到巴莱特的闺房。巴莱特压抑在心底的爱，随着初秋的阳光一天天变得成熟起来。如果一天接不到他的信和鲜花，她就不能定心。她的心已为他跳动着了。但她还不能完全放开顾虑：他，一个健康的、伟大的人。我，一个颓废的病人。这公平吗？可爱是这样炽烈，幸福得让她眩晕。终于，她明白，自己不能再固执地坚持下去了。爱，真是一个伟大的奇迹。相爱的第二个春天，在沙发上蜷伏了25年的伊丽莎白·巴莱特，竟奇迹般地恢复了健康。她步履轻盈、愉快地走出了往日囚笼般的病室。在阳光下，在青草与花香间，在小鸟的歌声中，呼吸着清新的空气，享受着爱的美好。也就在那一段时期里，她写下献给她情人的《葡萄牙人十四行诗集》，横溢的才华达到了顶点。可她的爱情，却遭到“无可通融的父亲”的反对。1846年9月12日，女诗人由她忠实的女仆陪伴着，来到附近一个教堂，和她的情人悄悄地缔结了良缘。尽管没有得到父母的祝福，她却并不遗憾，且欢欣地说：“因为我太幸福了，用不着呀！”一个星期后，她带着女仆、爱犬，还有这一年零八个月积聚起来的一封封情书，离开了曾经的家，栖居在有名的Casa Euidi岛上，和勃朗宁过起了幸福的生活。这无比的幸福一直延续了15年。15年中，他们如影随形，在罗马、巴黎、伦敦游玩时，巴莱特竟能登山涉水。她在给妹妹的信中写道：“我叮嘱勃朗宁，千万不能逢人就夸他妻子跟他一起到过这儿，到过那儿，好像有两条腿的老婆是天下最稀奇的宝贝了。”1861年春天的一个傍晚，勃朗宁夫人和勃朗宁说着话，温存地表达着彼此的爱情。半夜时分，她觉得困倦极了，便偎依在爱人的手背上小憩。勃朗宁问她感觉怎么样，她轻轻吐出一个无价的词：“Beautiful”（美极了）。几分钟后，她的头垂下来，在爱人的怀抱中平静地瞑目了——“微笑的、快活的，容貌似少女一般”。

## 《非诚勿扰2》

### 编辑推荐

《非诚勿扰2:恋爱心理课》我要你知道，在这个世界上总有一个人是等着你的，不管在什么时候，不管在什么地方，反正你知道，总有这么个人。——张爱玲为你全程揭秘男女之间奇妙的博弈关系，教你更好地谈恋爱！帮你深入解析复杂有趣的男女心理行为，让恋爱之路更顺畅！探寻好女孩总被“坏男人”领回家的秘密！解读好男人总被“平凡女”追到手的定律！本书堪称一部帅哥靓女提高恋爱效率的心理秘籍！

## 《非诚勿扰2》

### 精彩短评

- 1、非诚勿扰2 恋爱心理课
- 2、想让自己进入恋爱角色
- 3、一个系列3本，内容不行，印刷还行，装订不行.....无论如何3元买进的.....
- 4、书的质量很不错，内容还没看，促销的时候买的，当当很给力
- 5、真心不明白当时怎么想的买了这么本书
- 6、很不错的书，实惠
- 7、内容还行，但是感觉不太实用。
- 8、正版畅销书，不错啊
- 9、打发时间看看还是可以的。

## 《非诚勿扰2》

### 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)