

<<写给没有男朋友的你>>

图书基本信息

书名：<<写给没有男朋友的你>>

13位ISBN编号：9787510702792

10位ISBN编号：7510702798

出版时间：2010-11

出版时间：中国长安出版社

作者：【日】岩月谦司

译者：汪培伦

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：<http://www.tushu007.com>

## <<写给没有男朋友的你>>

### 前言

“剩女”这个词不知道从什么时候开始步入了人们视线。

在大多数人看来，长时间找不到男朋友，是一件十分丢人的事情，这似乎已经成了普遍的社会风气，大概是由于人们认为找不到男友就等于对异性没有吸引力，或者缺乏女性魅力的原因吧。

其实不然，大多数“剩女”都家境良好、受过高等教育、工作稳定，并且外形也不差，按理说应该不可能被“剩下”才对，但这些资质优秀的女孩却又不得不面对自己是“剩女”的现实。

反过来观察，身边异性围绕、约会应接不暇的“交际花”，不一定就是极富女人味的女性，甚至被认定为“轻浮”、“找不到真爱”。

即使恋爱经验丰富，女性一旦辗转于没有爱情可言的恋爱中，就很容易丧失自尊、迷失自我，无形中也自我贬值了，更加无望接近优秀男士。

就算结婚，婚后生活也会问题重重。

因此，“剩女”们大可不必以“剩”为耻，更不必介意“过了25岁还从来没有过约会”、“25岁了仍是老处女”这样的念头。

坦然面对没有男友的现状，每一天都快乐生活，遇上优秀男性的可能性反而更高。

有些人觉得，自己明明渴望爱情，渴望恋人，也愿意认真交往，但为什么就是交不到男友呢？

遇到这种问题时，“剩女”们应该好好思考下自己不受异性欢迎之处，找到交不到男友的根结在哪儿。

等解决了根源问题，迅速交上男友并不是很困难的事情。

## <<写给没有男朋友的你>>

### 内容概要

“剩女”，一个城市中越来越庞大的群体。

她们高学历，高收入，高智商、高龄……长相也无可挑剔，无比优秀的她们却迟迟找不到心仪的恋爱或者婚姻对象。

不管是从因为没遭遇激情，还是已历经沧海，抑或是一直跳来跳去没有找到意中人，独身的状态就是一个标签像人们显示着她们形单影只的尴尬处境。

全书用富于亲和力的语言和直白、具体的解决办法，从单身现状、爱情本身、恋爱基本要点、爱与性、完善自我性格、寻爱策略等角度出发，为广大渴望恋爱的女性们出谋划策，直击单身真相，赢得完美爱情。

作者独创的三天恋爱日记法，以及新颖的图表形式，充满趣味的版式设计都将提升本书的实用价值和阅读时的心情愉悦指数。

本书以“剩女”为核心对象，通过众多实例分析了当下“剩女”们爱情不美满的现状，深入研究她们一直交不到男朋友的诸多原因，抛弃长篇大论的道理，对症下药，以具体的解决方法为“剩女”们治疗各自的“爱情病”。

告诉她们应该如何面对情感生活，寻觅自己的另一半，并最终走向美满的爱情和婚姻。

这是一本给“剩女”们的幸福白皮书，它像一位真正关心你的好友，用直白诚恳的语言让你明白：找准原因，用对方法，恋爱可以很完美！

相信渴望爱情的你，一定能在这本书里找到自己的幸福上上签。

## <<写给没有男朋友的你>>

### 作者简介

岩月谦司

日本恋爱心理学研究第一人，恋爱心理学畅销作家。

1955年出生于山形县。

毕业于早稻田大学。

在筑波大学修完了生物科学博士。

理学博士。

曾在Texas工科大学、日本石油（株）中央技术研究所、香川大学等地工作。

专业为动物行动生理学、人类行动学。

在电视、广播、报

## &lt;&lt;写给没有男朋友的你&gt;&gt;

## 书籍目录

前言 / 1  
第一章 写给没有男朋友的你挑战面前先别自我否定 / 002  
真心去爱就别害怕伤害 / 005  
最强的“胜女”爱情告白 / 007  
缺乏自信，会降低女性魅力 / 008  
心眼太多反而得不偿失 / 011  
与家人相处时也要察言观色 / 015  
企图心太强的爱情不会成功 / 016  
无形的压力，会让他望而却步 / 019  
o 侣不求回报的爱情才纯粹 / 021  
家庭出身影响你的爱情指数 / 024  
别以没有合适的为借口，关上真爱之门 / 025  
渴望幸福，却又不肯靠近 / 030  
幸福也可以学习 / 033  
让他读懂你的心 / 034  
当男人猜不透你的想法时 / 037  
想得太多影响恋情 / 040  
第二章 写给恋爱不能长久的你  
女人，请看清因和果 / 046  
别让爱情输在按部就班 / 052  
十白被抛弃是原因 / 054  
爱上像父亲的男人 / 060  
喜欢外遇的女人 / 063  
在恋人身上找父亲的影子 / 065  
不幸的母亲会成为女儿幸福的障碍 / 067  
第三章 爱上爱情本身  
爱一个让自己心灵愉悦的人 / 072  
自然地爱一个人 / 074  
违背自然规律的爱情当然不能顺利 / 075  
美好的爱情需要安心和放松 / 077  
那些自己不喜欢的人 / 079  
区分清楚真爱和假爱 / 080  
与父亲有隔阂，但别嫁祸给爱情 / 082  
第四章 把握爱情的基本准则  
留意让你怦然心动的一刻 / 086  
亲爱的，让我独占你 / 088  
好的爱情让人放松和安心 / 091  
不吵架就是好的恋爱吗 / 094  
愉悦的共鸣让爱情更美好 / 096  
恋爱要看质量而不是时间 / 098  
男追女，还是女追男 / 100  
女人喜欢什么类型的爱情 / 102  
你的爱情属于哪一种 / 104  
共鸣并不等于惟命是从 / 105  
美好的恋爱是最极致的单相思 / 107  
在乎他的心 / 110  
性感孤僻也是恋爱的障碍 / 112  
第五章 爱与性别用性爱测试  
匹配指数 / 116  
性爱不是达成恋爱的手段 / 118  
不敢恋爱更糟糕 / 120  
女人，请珍惜你的第一次 / 122  
糟糕的恋爱经历会离爱情越来越远 / 125  
专家也难断定的事情 / 129  
骄傲吧，处女们 / 130  
纠缠不清的处女情结 / 131  
第六章 爱情的“三省乎己”  
先做人，再恋爱 / 136  
你所忽视的问题在哪里？ / 138  
从朋友发展为恋人 / 143  
你了解自己吗 / 145  
无私的人最具恋爱能力 / 148  
跟孤僻的性格说再见 / 150  
冲破家庭的阴霾 / 151  
恋爱与遗传素质无关 / 153  
三天恋爱日记日记的记法 / 200  
事实要简洁，不要掺杂感想在里面 / 200  
心情对比要用箭头表示 / 201  
千万杜绝谎言 / 202  
三天日记示意图 / 203  
备用栏的作用 / 204  
三天的感觉才是真感觉 / 205  
约会当天的感受极易受到影响 / 205  
为什么要三天后再做判断 / 206  
日记的最大功效就是发现一个真实的自己 / 207  
尽量在冷静的状态写记日记 / 208  
日记实例 / 209

## <<写给没有男朋友的你>>

### 章节摘录

先做人，再恋爱在本书的第一章和第二章，我们介绍了很多在爱情上不顺利的实际例子。在她们当中，有的费尽全力也找不到男朋友，有的虽然好不容易终于有了男朋友，但是没有交往多长时间就劳燕分飞了。

其中，我们也对这些例子进行了具体的原因剖析。

本章我们想介绍一些从根本上解决上述烦恼的实用小窍门，供大家在生活当中借鉴。

要想找到一位既优秀又疼爱自己的男朋友，第一步必须具备的心理条件就是，自己首先要对当前的人际关系进行一次彻底的清理和反省。

要细细体味一下自己人际关系的好坏程度，是不是在某些方面还有改正的余地。

比如说，和自己周围最近的同性朋友相处得如何，自己在与他们相处的过程中有哪些做得比较好的，哪些地方做得不尽如人意等等。

有人可能会说，要想找到男朋友首先要反省自己的人际关系，这不是开玩笑吧？

交普通朋友的方法和谈恋爱的方法根本就是两回事情嘛。

比如说现在吧，普通朋友一大堆，但就是找不到男朋友的人不也多的是吗？

在恋爱方面不行的人难道在人际关系上面就一定也不行吗？

把谈恋爱和交朋友这两种风马牛不相及的东西硬扯到一块，这样的想法会不会有些太天真了。

我的看法是，谈恋爱与交朋友并不是完全无关联的两回事。

它们在本质上其实是一致的。

那些在恋爱上面折戟沉沙的人在人际关系上也绝对不会好到哪里去。

从这两个方面中的任何一个出发，我们都可以将另一方的情况猜个八九不离十。

可能大部分的人都会觉得，朋友很容易交到，但是要想找一个合适的对象却很难。

或者觉得，跟普通朋友相处得都很不错，但是在谈恋爱上面却不知为什么，总是屡屡受挫。

友情简简单单，但是爱情却实在让人捉摸不透……读者朋友也可以想一想，自己是否也持有这种观点。

其实，这完全是一种误解。

也就是说，那些在恋爱方面毫无斩获的人同样不可能很容易地就交到真心朋友，而那些找到了恋爱对象，但却无法顺利相处的人和普通朋友之间也定然会存在这样或者那样的问题。

## <<写给没有男朋友的你>>

### 媒体关注与评论

读了这本书才知道性格孤僻原来那么有害自己的爱情和事业，四个字：茅塞顿开。

——26岁的职场女性这本书写得非常浅显易懂，而且具体生动，获益匪浅。

——21岁女大学生原来并不是别人对自己敬而远之，而是自己对别人拒之千里。

——32岁女主管最深有感触的一句话就是：自我否定的人必定不是一个能够积极接纳别人的人。

你可能认为否定自我是谦虚，但事情往往适得其反。

——26岁女研究生老老实实地按照书上的策略开始记自己的追爱日记，没想到三天后就真的实现了。

单身29年的我一直觉得自己的性格问题难以克服，事实证明只不过是想得太多罢了。

——30岁公司职员

## <<写给没有男朋友的你>>

### 编辑推荐

《写给没有男朋友的你》编辑推荐：恋爱心理作家岩月谦司百万级畅销经典9大恋爱禁忌，6大爱情策略独家奉送5种真爱鉴别法+56项人际交往问题测试表全面剖析单身真相，让你踏上爱的旅途日文版上市3个月，销量即突破350000册全国最大的婚恋网世纪佳缘独家推荐5种真爱鉴别法三天日记法身体接触法测量体温法牛奶布丁效应亲吻和性爱的快感度6大爱情策略学会支持别人抓住男人的心，先从微笑和美食开始享受自己的生活与你的女友一起分享美食别让自己钻牛角尖做个顾盼有神的美女9大恋爱禁忌白马王子只出现在童话中别用星座、占卜决定你的爱情不要苛求完美不做女强人不要对自己说谎别伤害男人的自尊没有必要妄自菲薄抱怨前男友的不是博取别人同情



<<写给没有男朋友的你>>

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:<http://www.tushu007.com>