

北京大学心理学系
Department of Psychology, Peking University

爱的心理学 Psychology of Love

李同归


E-mail: litg@pku.edu.cn Phone: 010-62747622
微博: weibo.com/litonggui 微信: pku-litonggui

北京大学心理学系
Department of Psychology, Peking University

Who am I.....

Instructor: 李同归
Office Time: Tuesday 10:00-15:00
Office Phone: 010-62747622
Address: 北京大学王克桢楼1602
微博: weibo.com/litonggui
E-mail: litg@pku.edu.cn
微信公众号: pku-litonggui

Psychology of LOVE



2015年3月24日(火)

3

北京大学心理学系
Department of Psychology, Peking University

《爱的心理学》

Welcome to Psychology of Love

Course No: 01630740
北大上课时间: Tuesday, 15:10—17:00
北大上课地点: 理教410

北外上课时间: 周一 19:00-21:00
北外上课地点: 逸夫楼402

2015年3月24日(火) 北京大学心理学系 李同归
Psychology of LOVE

4

北京大学心理学系
Department of Psychology, Peking University

北京大学的选课学生

请到北大教学网 下载课程PPT

2015年3月24日(火) 北京大学心理学系 李同归 Psychology of LOVE

5

北京大学心理学系
Department of Psychology, Peking University

Who am I.....

北京外国语大学的选课学生 请到公共邮箱下载课程PPT

- 邮箱地址: BFSU_LOVE@163.com
- (注意中间是下划线!)
- 密码: [litonggui](http://weibo.com/litonggui) (上课时透露)
- (请牢记主讲教师姓名!)

2015年3月24日(火) 北京大学心理学系 李同归 Psychology of LOVE

6

北京大学心理学系
Department of Psychology, Peking University

Lecture 4

Psychological perspectives on LOVE: Color theory of LOVE

2015年3月24日(火) 北京大学心理学系 李同梅 Psychology of LOVE 7

北京大学心理学系
Department of Psychology, Peking University

Buss's Evolution of love

Love evolved to serve several functions

- Displaying reproductively relevant resources
- Providing sexual access
- Signaling sexual fidelity
- Promoting relationship exclusivity through mate-guarding
- Displaying commitment
- Promoting actions that lead to successful reproductive outcomes
- Providing signals of parental investment

2015年3月24日(火) 北京大学心理学系 李同梅 Psychology of LOVE 8

北京大学心理学系
Department of Psychology, Peking University

Rubin (1970)'s theory

- First researcher to make love measurable by means of an objective psychological scale.
- Romantic relationships are characterized by both "Love" and "Liking".
- Platonic friendships are characterized by "liking" only.

2015年3月24日(火) 北京大学心理学系 李同梅 Psychology of LOVE 9

北京大学心理学系
Department of Psychology, Peking University

Rubin (1970)'s theory

- Invented the "Love scale" and the "liking scale" for the measurement of the amounts of people's Love and Liking for partners.
- According to his definition, **Love** consists of
 - affiliative and dependent need (接纳, 依赖)
 - predisposition to help (提供帮助)
 - Exclusiveness and absorption (排他、吸收)

2015年3月24日(火) 北京大学心理学系 李同梅 Psychology of LOVE 10

北京大学心理学系
Department of Psychology, Peking University

Rubin (1970)'s theory

- According to his definition, **Love** consists of
 - "affiliative and dependent need"
 - "predisposition to help"
 - "Exclusiveness and absorption"
- **Liking** also has three components
 - Favorable evaluation
 - Respect
 - Perception of similarity

2015年3月24日(火) 北京大学心理学系 李同梅 Psychology of LOVE 11

北京大学心理学系
Department of Psychology, Peking University

Rubin (1970)'s theory

- ✓ Each scale comprises 13 items and is internally consistent.
- ✓ In his initial research, the Love scale and Liking scale were only moderately correlated ($r=0.60$ for male, 0.39 for female)
- ✓ His concept of dichotomy between romantic relationships and platonic friendships has strongly influenced the development of the taxonomy of love by other theorists.

2015年3月24日(火) 北京大学心理学系 李同梅 Psychology of LOVE 12

北京大学心理学系
Department of Psychology, Peking University

Rubin (1970)'s theory

爱情量表研究的结果

- 对158对恋爱关系男女大学生研究发现：爱情分数相同，但喜欢程度不同，女性对男性的喜欢超过男性对女性的喜欢；喜欢程度往往随着交往又方互动机会的增加而增加，但爱情（特别是 Romantic love）则随着时间的旷日持久逐渐淡漠
- 这种差别也许是由于女性对于自己恋人的智力和领导能力评价比较高。男性和女性对同性朋友的喜欢程度相等，但女性比男性更爱自己的同性朋友。女性之间比男性之间的交往更深。
- 恋人之间爱情分数越高，结婚的可能性就越大，但喜欢分数与结婚可能性之间则没有这么显著。

2015年3月24日(火) 北京大学心理学系 李阿福 Psychology of LOVE 13

北京大学心理学系
Department of Psychology, Peking University

Rubin (1970)'s theory

爱情量表举例

- ✓如果我永远不能同____在一起，我会感觉很痛苦。
- ✓我会原谅____所做的任何事情。
- ✓我觉得在任何事情上都可以信任____。

对每个陈述用9点量表打分，9分表示对于此项陈述高度肯定。

2015年3月24日(火) 北京大学心理学系 李阿福 Psychology of LOVE 14

北京大学心理学系
Department of Psychology, Peking University

Rubin (1970)'s theory

喜欢量表举例

- ✓我认为____性情非常好。
- ✓大多数人一旦与____相识，对他的反应都很好。
- ✓我本人也愿意成为象____那样的人。

对每个陈述用9点量表打分，9分表示对于此项陈述高度肯定。

2015年3月24日(火) 北京大学心理学系 李阿福 Psychology of LOVE 15

北京大学心理学系
Department of Psychology, Peking University

Hatfield's theory

Hatfield's "Passionate Love" and "Companionate Love"

- Hatfield & Walster (1978) proposed another dichotomous taxonomy of love: love with sexuality vs. love without sexuality.
- **"Passionate love" (激情)**: containing intense emotion, tenderness, and sexuality
- **"Companionate Love" (同情)**: comprising friendly affection and deep attachment.

2015年3月24日(火) 北京大学心理学系 李阿福 Psychology of LOVE 16

北京大学心理学系
Department of Psychology, Peking University

Hatfield's theory

◆激情式爱情(passionate love)

- “一种狂野的情感状态；温柔的、带有性欲的体验；狂喜和痛苦、焦虑和解脱、利他和嫉妒共同存在形成复杂的情绪体验。”
- ◆情绪在激情式爱情中起着关键作用，人们为激情所控，不可抗拒地被吸引到爱人身边。
- ◆推动激情式爱情的生理唤醒受许多因素影响。
 - 性欲、害怕被拒绝、要了解某人兴奋
 - 父母或者情敌的压力带来的失败感
 - 与爱人争吵带来的愤怒都可能造成生理唤醒。
 - 不管这种爱的原因是什么，它都有一种不可控制的性质。

2015年3月24日(火) 北京大学心理学系 李阿福 Psychology of LOVE 17

北京大学心理学系
Department of Psychology, Peking University

Hatfield's theory

◆激情式爱情(passionate love)

- 激情式爱情另一个特点是对方占据自己的思想
- 爱情使人们脑海中充满对方的形象，他们把对方理想化，认为对方在所有方面都是完美无缺
- 它通常被认为来得快，去得也快
- 这种爱情的体验虽然强烈，但却很脆弱和短暂

2015年3月24日(火) 北京大学心理学系 李阿福 Psychology of LOVE 18

北京大学心理学系
Department of Psychology, Peking University

Hatfield's theory

◆ **同伴式爱情 (companionate love)**

- “感到自己的生命和爱人生命密不可分地交错在一起时的爱情。”
- 是一种更实际的爱情
- 强调的是信任, 关心、对伴侣的缺点和习惯的容忍
- 相对激情式爱情更加温和、温暖和柔情多于激情。这种爱情发展得比较缓慢
- 这种爱情为长久关系提供了坚实的基础。

2015年3月24日(火) 北京大学心理学系 李同梅 Psychology of LOVE 19

北京大学心理学系
Department of Psychology, Peking University

Hatfield's theory

Hatfield's "Passionate Love" and "Companionate Love"

- Hatfield & Sprecher (1986) invented the Passionate Love Scale (PLS).
- PLS consists of 30 items which ask about cognitive, emotional, and behavioral aspects of Passionate Love.
- Companionate Love were usually measured by Rubin's Love scale or Sternberg's Intimacy subscale.

2015年3月24日(火) 北京大学心理学系 李同梅 Psychology of LOVE 20

北京大学心理学系
Department of Psychology, Peking University

Lee's Color Theory of love

- Lee (1973) did not proposed a dichotomy of love but suggested a taxonomy named the Color Theory of Love.
- He believed that social scientists could categorized love into the following 6 love styles:

2015年3月24日(火) 北京大学心理学系 李同梅 Psychology of LOVE 21

北京大学心理学系
Department of Psychology, Peking University

Lee's Color Theory of love

- Lee's six love styles:
 - Eros: love based on physical attraction to the partner
 - Ludus: playful and game-like love
 - Storge: a style based on slowly developing affection and companionship
 - Mania: Love characterized by obsession and jealousy
 - Agape: altruistic love
 - Pragma: a practical style involving conscious consideration of the demographic and the objective characteristics of the loved one

2015年3月24日(火) 北京大学心理学系 李同梅 Psychology of LOVE 22

北京大学心理学系
Department of Psychology, Peking University

Lee's Color Theory of love

The primaries: Eros, Ludus, Storge

The secondaries: Mania, Pragma, Agape

Lee's Love style

2015年3月24日(火) 北京大学心理学系 李同梅 Psychology of LOVE 23

北京大学心理学系
Department of Psychology, Peking University

Lee's Color Theory of love

Eros : 浪漫激烈式爱情
Ludus: 游戏式爱情
Storge: 友谊式爱情

Mania : 占有依恋式爱情
Pragma: 理智型爱情
Agape: 奉献式爱情

2015年3月24日(火) 北京大学心理学系 李同梅 Psychology of LOVE 24

Eros：浪漫激烈式爱情

1. 在第一次见面时，就立刻被彼此吸引
2. 时常有占有对方的欲望
3. 恋爱中十分具有激情，而且常感满足
4. 觉得彼此真是天生一对
5. 觉得对方的外貌特征符合自己的理想标准

.....

2015年3月24日(火)

北京大学心理学系 李同梅 Psychology of LOVE



Ludus：游戏式爱情

1. 不能给对方一种确定而且清晰的承诺
2. 相信不想让对方知道的自我部分会伤害到他/她
3. 有多个异性朋友，避免让他/她们互相查明对方
4. 可以相当容易且快速的遗忘自己的风流韵事
5. 知道如果事情败露，对方将会觉得难过苦恼
6. 如果对方过于依赖，会想做出一些的退缩

.....

2015年3月24日(火)

北京大学心理学系 李同梅 Psychology of LOVE



Storge：友谊式爱情

1. 很难确切说明彼此是何时从友情进展到爱情的
2. 确信真诚的爱情必须具备一段时间的关心和喜欢
3. 即使分手了，仍能保持良好的友谊关系
4. 认为最佳的爱情产生于长久的友谊
5. 很难确切说明彼此是何时堕入爱河的
6. 认为爱情是一种深厚的友谊关系，而非神秘情绪

.....

2015年3月24日(火)

北京大学心理学系 李同梅 Psychology of LOVE



Mania: 占有依恋式爱情

1. 当和对方的关系发生问题时，会感到十分不适
2. 失恋时会变得十分沮丧，甚至有自杀的念头
3. 因为想到自己正处于爱情之中，而难以入眠
4. 当对方不再注意自己时，会感到浑身不适
5. 恋爱时，很难集中注意力在其他事物上
6. 当怀疑对方正和某人在一起时，会无法放松自己
7. 当对方有一段时间不理睬自己时，会做出一些蠢事去引起他/她的注意。

2015年3月24日(火) 北京大学心理学系 李同梅 Psychology of LOVE



Pragma: 理智型爱情

1. 确立恋爱关系前会仔细思考对方是怎样的一个人
2. 在选择恋爱对象前，会先仔细规划自己的生活
3. 爱上一个和自己生活背景相似的人是件最好的事
选择恋爱对象的时候会考虑对方如何看待家人
4. 还要考虑对方是否可以成为一个好的父母
5. 同时考虑对方如何看待自己的职业
6. 在和任何人相爱之前，会先描绘出假使将来有孩子时，对方和我的基因兼容性如何

2015年3月24日(火) 北京大学心理学系 李同梅 Psychology of LOVE



Agape: 奉献式爱情

1. 尽我所能去帮助对方度过艰难时刻
2. 与其让对方承受苦痛，不如自己来承受
3. 对方得到快乐，我才快乐
4. 愿意牺牲自己的愿望来让对方达成他/她的目标
5. 我的任何东西，都可以由对方自由支配
6. 即使对方发怒，也会全心全意无条件地爱他/她
7. 为了对方的利益，可以忍受任何事情

2015年3月24日(火) 北京大学心理学系 李同梅 Psychology of LOVE



北京大学心理学系
Department of Psychology, Peking University

Lee's Color Theory of love

Empirical evidences: Love Story Card Sort

170 Phrases

The night after I met X

Multiple possible answers

I could hardly get to sleep
I dreamed about X
I wrote a letter to X
.....

2015年3月24日(火) 北京大学心理学系 李同梅 Psychology of LOVE 37

北京大学心理学系
Department of Psychology, Peking University

Lee's Color Theory of love

| | |
|-------------|---|
| 浪漫型 (Eros) | 强烈的身体吸引力, 强烈的情绪, 对外貌的偏好, 以关系的必然感来界定激情型的核心 |
| 游戏型 (Ludus) | 爱情是和不同的伴侣一起玩游戏。伴侣的欺骗以及没有关于自我和其他伴侣信息的表露是游戏型的主要特性。由于游戏型缺乏诚实, 大学生对测量这种爱情风格项目的反应不一致。Lee指出此类型反映出很多人想要的现实。事实上, 许多大学生在他们择偶过程中的某些阶段是以游戏的方式来进行的。 |

2015年3月24日(火) 北京大学心理学系 李同梅 Psychology of LOVE 38

北京大学心理学系
Department of Psychology, Peking University

Lee's Color Theory of love

| | |
|--------------|--|
| 友谊型 (Storge) | 把爱情看成是友谊, 不仅安静, 而且友爱。激情型的火焰与友谊型截然不同, 友谊型有时也被戏称为“进化爱情”, 而不是“革命爱情” |
| 现实型 (Pragma) | 爱情是一张带有期望特许的购物单 (如适合家庭、好父母等)。被比喻成“计算机约会安排” |

2015年3月24日(火) 北京大学心理学系 李同梅 Psychology of LOVE 39

北京大学心理学系
Department of Psychology, Peking University

Lee's Color Theory of love

| | |
|-------------|---|
| 占有型 (Mania) | 可称为“症状”的爱情。是激烈的, 在狂喜和痛苦之间交替。占有之爱, 当人们感觉强烈时, 通常结局并不好 |
| 奉献型 (Agape) | 具有牺牲精神, 将爱人的幸福置于自己之上, 在浪漫之爱中, 纯粹的奉献型只是偶尔出现。在既定的关系中, 奉献型通常会随着长期关系中对公平的需要而减少, 随着像伴侣生病这样的生活事件而增加 |

2015年3月24日(火) 北京大学心理学系 李同梅 Psychology of LOVE 40

北京大学心理学系
Department of Psychology, Peking University

Lee's Color Theory of love

Relationships between Color theory of love and Passionate love

- Passionate love clearly maps onto eros, and to some extent, mania
- Companionate love matches storge most closely, and may include elements of pragma and agape.
- Ludus is both anti-passion and anti-friendship.

2015年3月24日(火) 北京大学心理学系 李同梅 Psychology of LOVE 41

北京大学心理学系
Department of Psychology, Peking University



2015年3月24日(火) 北京大学心理学系 李同梅 Psychology of LOVE 42