**新 书 推 荐**

****

**中文书名：《如何感受被爱：获得更多让生活有价值的东西》**

**英文书名：HOW TO FEEL LOVED*: Get More of What Makes Life Worth Living***

**作 者：****Sonja Lyubomirsky and Harry Reis**

**出 版 社：Harper**

**代理公司：InkWell/ANA/Zoey**

**出版时间：待定**

**代理地区：中国大陆、台湾**

**页 数：待定**

**审读资料：大纲**

**类 型：大众心理**

**内容简介：**

**幸福就是感受到“被爱”！**

积极心理学专家索尼娅·柳博米尔斯基 (Sonja Lyubomirsky) 和哈里·里斯 (Harry Reis)在《如何感受被爱：获得更多让生活有价值的东西》一书中，从全新角度探讨了“关系”的科学。

索尼娅和哈里解释说，真正的“被爱感受”与通常认为的爱、被爱和坠入爱河的行为有很大不同。 感受到被爱并不是让自己变得有吸引力、可用和可爱，而是了解向他人展示原始、真实和脆弱自我所必需的工具。在这本书中，索尼娅和哈里概述了五种批判性思维方式，让我们能够在生活所有重要关系中感受到被爱。这些思维方式反映了我们对爱的看法以及与所爱之人的对话方式上的问题，向读者展示了如何深入了解所爱之人，同时为对方所了解。这本书最终希望证明，每个人都能以最有意义的方式感受到爱。

**作者简介：**

**索尼娅·柳博米尔斯基 ([Sonja Lyubomirsky](https://sonjalyubomirsky.com/))** ，哈佛大学学士，斯坦福大学博士，师从著名社会心理学家、冲突和谈判领域专家李·罗斯。她是加州大学河滨分校的杰出教授，也是畅销书《如何跳出幸福陷阱》（*The How of Happiness*）和《如何获得幸福》（*The How of Happiness*）的作者，前者翻译版权已授39个国家/地区。索尼娅曾获许多荣誉，如巴塞尔大学荣誉博士学位、迪纳人格心理学职业中期杰出贡献奖、克里斯托弗·J·彼得森金奖、杰出研究讲师奖、积极心理学奖、年度最佳教师奖（两次）和年度最佳教师导师奖。世界科学家排名将索尼娅列为前0.85%的社会心理学家。

**哈里·T·里斯（****[Harry T. Reis](https://www.sas.rochester.edu/psy/people/faculty/reis_harry/assets/pdf/reis.cv-oct_2019.pdf)）**，纽约城市学院理学士，纽约大学博士，目前是罗切斯特大学心理学系院长教授。学术上，哈里已撰写了200多篇论文，获得过许多荣誉，包括人格与社会心理学协会 (2015年) 和国际关系研究协会 (2012 年) 因其研究而获得的杰出职业贡献奖。作为讲师，里斯教授于2009年被罗切斯特大学授予乔治根奖，以表彰他在教学方面的杰出成就。

**感谢您的阅读！**

**请将反馈信息发至：版权负责人**

**Email**：**Rights@nurnberg.com.cn**

安德鲁·纳伯格联合国际有限公司北京代表处

北京市海淀区中关村大街甲59号中国人民大学文化大厦1705室, 邮编：100872

电话：010-82504106, 传真：010-82504200

公司网址：[http://www.nurnberg.com.cn](http://www.nurnberg.com.cn/)

书目下载：<http://www.nurnberg.com.cn/booklist_zh/list.aspx>

书讯浏览：<http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx>

视频推荐：<http://www.nurnberg.com.cn/video/video.aspx>

豆瓣小站：<http://site.douban.com/110577/>

新浪微博：[安德鲁纳伯格公司的微博\_微博 (weibo.com)](https://weibo.com/1877653117/profile?topnav=1&wvr=6)

微信订阅号：ANABJ2002

