

## 恋愛論

今号は恋愛論です。いろんな角度から恋愛を見つめることのできる本を集めて見ました。

こうすればうまくいく・・・というような恋の魔法が書いてある本は見つからないと思いますが、あーあるあるという感じで納得できるのではないのでしょうか？是非手にとってみてください。

表は、心理学の相川先生から恋愛に関する心理学の本についてコラムを書いていたいただきました。

裏では、図書館職員おすすめ恋愛本をご紹介します。

### レポート・卒論の相談に乗ります！

図書館では、10月から授業で出るレポートや卒論の相談にのってくれる学習サポーター(大学院生)がカウンターに入っています。

たとえば、

- レポートが出たけど、どうやって書いたらいいかわからないとき
- 課題本は読んだけど、そこからどうしていいかわからないとき
- そろそろ卒論のテーマを決めなくちゃいけないけど、どうやって決めたらいいかわからないとき
- ゼミや授業で発表しなくてはいけないけど、どうやったらいいかわからないとき

など。相談に来ていただければ、学習サポーターが自分の経験も踏まえて、資料の集め方、研究の進め方、書き方、先生への相談の仕方などをアドバイスします！

声をかけるのにはちょっと勇気があるかもしれませんが、きっと心も頭もすっきりしますので、是非お越しください。

サポーターがカウンターにいる時間は平日の下記の時間です。

	火曜	水曜	金曜
担当分野	人文科学 社会科学	人文科学	自然科学
相談時間	11:00～14:00		

### 恋愛の心理学の本はお奨めしない

教育心理学講座 教授 相川 亮

「恋愛」をテーマに、本に関する何を何か書け？私にこのテーマですか。何か誤解がありませんか？あるいは妙な期待が。たとえば「心理学者なら、恋愛の心理に詳しいのではないか」とか「対人心理学を教えていて、しかも『人づきあいの技術』なんていう本を出しているのだから、恋愛に関する気の利いたことを書くのではないか」とか。確かに私は、友達とのつきあい方や、子どもに対する教師の関わり方や親の関わり方をソーシャルスキルの観点から研究していますが、恋愛は研究対象にしないことにしています。

なぜ、って？私が研究の背景に置いている進化心理学では、恋だ愛だという感情は、“利己的な”遺伝子が効率よく自らの複製を増やすために私たちをその気にさせているに過ぎない、男性が一人の女性とのつき合いに4年もすれば飽きるのは自然なこと、不倫や離婚は性戦略に叶った行為である等々、恋愛の熱を冷ますようなことはばかりを唱えているので、恋愛の研究をしようとする私の熱も冷めてしまっているからです。また、「恋愛には、データに基づく心理学では予測できない衝動や理屈に合わない行動がある」という、恋愛に対する幻想は、そっと残しておきたい気持ちもあるからです。

恋愛の心理学の本ですか？恋愛について何かを学びたいなら、まずは恋をしましょう。恋をして、相手のことを深く深く読み解けば、実に多くのことを学べます。とは言え、身体は一つ、数多く恋愛体験をするには限界があります。そこでお奨めするのは恋愛小説。古今東西の恋愛小説を読みましょう。一篇の優れた恋愛小説は、数十冊の心理学本よりもずっと多くのことを教えてくれます。

### 相川先生おすすめの本

★『利己的な遺伝子<増補新装版>』リチャード・ドーキンス(著)日高敏隆・岸由二・羽田節子・垂水雄二(訳)紀伊國屋書店

図書館の請求記号:467/D47

★『女と男のだましあい—ヒトの性行動の進化—』デヴィッド・M・バス(著)狩野秀之(訳)草思社

図書館の請求記号:141.74/BUS

★『モラル・アニマル(上)』ロバート・ライト(著)竹内久美子(監訳)小川敏子(訳)講談社

図書館の請求記号:481.7/WRI

★『恋愛・性・結婚の人間関係学:親密関係の社会臨床心理学ハンドブック』スーザン・ヘンドリック/クライド・ヘンドリック(著)齋藤勇(監訳)川島書店

図書館の請求記号:361.5/H52

★『恋ごころの科学』松井豊(著)サイエンス社

図書館の請求記号:361.408/SAI

恋人の作り方の授業がある!?明治大学の  
実際の授業(心理学)を書籍化したもの。わ  
かりやすくするためになる...と同時に「これでい  
いのか!？」と叫びたくなる。

図書館請求記号:152.1/MOR

『男子のための恋愛検定』

(よりみちパンセ)

伏見憲明著

おなじみ『よりみちパンセ』シリーズです。恋  
愛検定合格したら、アナタも恋愛の達人  
に!?同じくよりみちパンセシリーズの杉作)  
太郎「恋と股間」もお読みください!

図書館請求記号:152.1/FUS

『恋愛指南：アルス・アマトリア』

オウイデウス著；杏樹良彦訳

2000年前の恋愛指南書。「意中の女性に  
は値の張る贈り物をせよ、なびと私は言いは  
しない。ちょっとしたものでいいのだが、ちょ  
とした品で、これぞびたりというものを抜かり  
なく選んで贈るがいい。」だそうです。←それ  
ができれば苦労しないって

図書館請求記号:992.1/Oul

『人はなぜ恋に落ちるのか?：恋と  
愛情と性欲の脳科学』

ヘレン・フィッシャー著/大野晶子訳

恋をしている時、脳はどうなっているの?結  
果も面白いが、実験がすごい。失恋でどん  
底の状態にある人をMRIにかけるとの壮絶さ。  
結果は心して受け止めてください。

図書館請求記号:141.62/FIS

『図説「愛」の歴史』

ジャック・アタリ著；ステファ  
ニー・ボンヴィシニ共著；大  
塚宏子訳

ロマンチックな文章と、ふん  
だんに配された図説がとても  
読みやすい。一読した後は、  
太古の昔から現在、未来ま  
で壮大な旅を終えた心持に  
なる。

図書館請求記号384.7/ATT

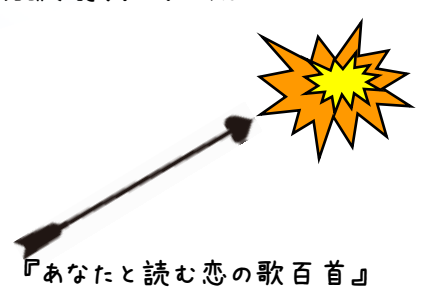
『かいこつ』

作:谷川 俊太郎

絵:和田 誠

ぼくはしんだらかいこつにな  
りたい—心を揺さぶられる  
谷川俊太郎の文章と、シ  
ンプルで明るい色使いの和  
田誠のイラスト。ようこちゃん  
への想いがせつなく、深く  
身体に刻まれる。

図書館請求記号726.6/TAN



『あなたと読む恋の歌百首』

俵万智著

五七五七七のわずか31文字で表現された  
恋の歌が一〇一首。俵万智さんの解釈と  
鑑賞でぐっと身近に楽しめます。「あなたと  
読む」とあるように、素敵なお歌の数々に思わ  
ず感情移入してしまいます。恋愛経験をた  
くさん積んだあなたにも、恋愛初心者のお  
なたにも、どちらにもおすすめの一冊です。

図書館請求記号911.167/Ta97



『志満津文(しまづぶみ)』  
(望月文庫)

秀吉の朝鮮出征に赴いた夫に  
宛てた恋文になっています。この  
文を読んだ秀吉が哀れに思い、  
夫を帰してやったという話が伝  
わっています。

図書館請求記号:T1A0/32/60



図書館職員  
おすすめの  
恋愛論  
1Fエントランスで  
展示中