约会，是种生活态度，更是学问

恋爱课开进大学校园已经不是什么稀罕事，在剩男剩女大行其道的今天，我们所缺的不是平台，而是方法。有人说，与其让爱情在摸爬滚打中自学成才，不如找个PUA专家手把手教你恋爱秘笈。

文丨冷梅 ▌ 图丨资料

恋爱课开进大学校园

近日，华东师范大学对外汉语学院邀请了一位校外专家与同学进行了互动沙龙。一位打算继续出国深造的女生随即向专家提问：“如果现在选择出国，以后年纪一大，回来找不到男朋友怎么办？”话刚说完，台下女生们纷纷感慨起来。现场专家建议女同学可以先找好男朋友，两个人同时去国外。如果不行，尝试异地恋。然而，对于这样的回答，女生们坦言不够“解渴”。此情此景，让校方多少有些出乎意料。加之，前不久对外汉语学院一位女硕士因为婚恋问题放弃了新加坡的高薪工作，种种综合因素，也向学校提出了一个全新课题——怎样做好女生的“情感教育”？于是，学院决定邀请一位具有丰富婚恋情感咨询经验的心理咨询师担纲“校外导师”，为华师大女生开讲“恋爱课”。

华东师范大学对外汉语学院副院长汤涛告诉生活周刊记者，该院每年约有80余位毕业生，女生占92%左右。49%的毕业生继续读研，其中，超过一半选择去国外高校深造。因此，女生如何兼顾事业和婚恋，确实成为其生活中遇到的实际困扰。“作为入学时考分最高的第一梯队，这些女生在学业上出类拔萃，可爱情和事业如何比翼齐飞，这也是校方应该替她们考虑的。”据悉，这是对外汉语学开展“院校外导师制”的一部分课程内容，课程内容并不是纯粹意义上的教学生如何谈恋爱，而是包括了如何处理人生规划、职场、情感、人际关系在内的情商课程。

其实，恋爱课走进大学校园已经不是什么新鲜事。早在2009年，沪上某些高校就已开设过针对白领人群的“恋爱训练班”。“所谓爱的能力是吸引你所爱的人更爱你，而不是去紧紧抓住对方。”这就是复旦大学科技园进修学院SWP智美女性课程中的恋爱课，它向学员传输的是一种爱情理念。来这里上课的都是职业女性，除了女白领，还有不少女性企业家。她们当中有单身的，也有已经成家的。恋爱课的收费可不便宜，从一万多元到三四万元不等。

PUA专家教你如何约会

补修恋爱心经，不单出现在校园，时下，专售恋爱秘笈的PUA专家也成了这个缺爱时代的新风潮。

练胆量找人“搭讪”，凭着三寸不烂之舌结交异性朋友，还需要花上两三千元的高价培训？近一年来，一个叫“关语泡学约会学培训班”的培训课程在北京火了起来。PUA在圈子内被解释为Pick-up Artist，直译为搭讪艺术家，约会专家包含了现场的实践指导，让学员了解如何跟女孩子从认识到约会，再到后期的关系管理等整体流程的学习。

这个词来源于《魔鬼约会学》，在西方已流传许久。尼尔·施特劳斯是《纽约时报》记者，一个竹竿似的瘦弱、身体鸡啄米式前倾还秃头的书呆子，但在踏上了“把妹求学之旅”后，一切都好了起来。后来他把自己的经历写就了《把妹达人》，这本书横扫全球畅销书榜，也因此成为全球剩男的约会圣经。

或许，把PUA单纯理解为“泡妞”专家还有点肤浅，应该说，他们是一群专门从事情感咨询并替客户寻求恋爱解决方案的爱情顾问。

而在上海专门从事恋爱理论和实战培训的PUA机构已层出不穷。钻石婚恋就是一家专门为富豪、为高端“白骨精”人群提供一对一服务的婚恋机构。“现代人不缺认识异性的机会，社交平台很多。可是，爱情有时偏偏无门，阴错阳差。恋爱首先从认识自己开始，然后去确定自己找寻的对象是否是适合的人选；而人选来了，你是否能够把控得住，这些都很有讲究，恋爱培训对于如今的都市人而言应该成为一堂普及的必修课。”这家婚恋机构的PUA高级婚恋顾问杨慧英博士说道。

给客户传授约会技巧，进行情感的咨询辅导正是PUA专家的主要服务议程。在爱情猎头的定向猎选之前，需要通过深度访谈、心理测评等载体对当事人的需求进行深入的了解，当甄选出适合的约会对象之后，PUA还要负责为他们制定详细的约会方案，讲解约会技巧。包括了一些交往策略、行为细节方面的实战经验，譬如约会时打什么领带，怎样说话才能讨女士喜欢，如何轻松地引入话题等等。

然而，中国的PUA爱情培训似乎还处于早期启蒙阶段。杨慧英认为：“中国人普遍不善表达感情，非常需要恋爱培训，亲密关系培训。然而，这些单一的情感课程却很难从根本上解决人们的情感困局。在美国和一些西方发达国家，这类情感培训是涉及心理指导、家庭婚姻指导、人生指导等多方位的系统性培训，关注的是两性亲密关系、家庭、人际交往等许多个维度，它不是简单表象地教你几种恋爱的方法，它所涉及的是一个更深层次的命题，是需要一个系统性的全方位的人格培养模块。”

观点 Standpoint

恋爱是本能，需要教吗？

恋爱是一种本能，它不需要教。一个有灵性的人谈恋爱需要人教吗？不需要，她只要一看到心动的异性，自然就会撩动自己身体的各个方面，把对方撩动起来对自己感兴趣。这是你千万年刻在基因里的东西，你的本能会帮你选择哪个是适合你的恋爱对象，你对他怎么表现。你教，能达到这种境界吗？你知道哪些人对她而言是对的人，对错的人表现了错的技巧怎么办？你用错的教育给到错的信息，让人接收越来越多的垃圾信息，自己把自己就给屏蔽掉了。如果真要教怎么恋爱，就该让她们去看动物世界或者自己去养一些动物，自己去寻找这些本能。

虽说恋爱不用教，但是婚姻家庭和性则需要教，因为这不是个体的事情，这是你要和群体发生关系的事情，它们会影响到群体的结构和稳定性。所以在中学里就该让孩子了解性，灌输避孕知识，灌输性的目的与方法，以减少繁殖与疾病传播。而家庭的内容更应该灌输，比如具备怎样的条件才可以结婚建立家庭，家庭的义务与责任，家庭关系，离婚的义务与责任等等。现在什么都反了，恋爱这种关涉个人的东西要教，涉及到公共利益的性和婚姻家庭内容反而不教，人变得木讷无灵性越来越没责任感也就可以理解了。

情感专栏作者Bubble

爱上伊利“粉”时刻，享受独处慢生活

在喧嚣的城市丛林中，你忙于应付与各种人的对话，却常常忽视了聆听自己内心的声音。总说女人心深似海，可有时，连女人自己都不了解自己。因为她们不愿意停下忙碌的脚步，与自己好好地相处，哪怕十分钟。有的害怕寂寞，有的疲于奔命，有的沉浸在社交快乐中忘乎所以。其实，一个懂得同自己相处的女人，才更懂得经营生活，懂得发现自己的美。

眼下有种休闲理念在白领间悄然流行。那就是伊利女士奶粉提出的“己悦粉时刻”，她倡导女性每天选择一个固定的时间段，放下工作，将注意力回归自身，冲泡一杯营养丰富的奶粉，为身体补充养分，在浓浓的奶香中忘却压力。

独处是一个厚积薄发的过程，把心情当屋子一般细细打扫，在自我审视和反省的时刻，收拾坏情绪，改变坏习惯，慢慢地，酿出属于自己的特别气质。把“己悦粉时刻”当作每天一次亲近自我的体验，享受整理心情后的轻松美好，从中寻找到更佳的行动力，迅速投入到社会角色中，使自己迈出每一步都自信、从容。每日一修的“己悦粉时刻”，让心更加澄澈，也让身体得到片刻的呼吸。伊利女士奶粉提供的多样的维生素群，有机生物钙，女人在独处的同时，也完成了爱自己的美丽小动作。

别再说快节奏的社会影响了你的步调，别再说堆积如山的烦恼淹没了你的美丽，无论世界怎样匆忙，给自己留一个随时停靠的驿站，让心歇歇脚，让曾经的梦想和意气风发的誓言都回到这里，让你再次遇见那个你最喜欢的自己。

世界因你而美丽——周大福见证华人骄傲

3月31日，万众瞩目的“2011-2012影响世界华人盛典”颁奖典礼在北京大学百周年纪念讲堂隆重上演。诸多优秀华人齐聚北大，用自己的人生经历与成就，为全球观众奉上最精彩、最真实、最感动的熠熠星光。

“世界因你而美丽--影响世界华人盛典”是华人世界最富权威性、公信力的奖项之一。自2006年“影响世界华人盛典”诞生以来，周大福便一直连续六年为华人精英们奉上制作精良、古朴典雅的金制奖杯。

欧特克与上海现代建筑设计集团签署战略合作备忘录

双方共同进行建筑信息模型改进研究 助推中国工程建设行业发展

2012年4月12日，全球二维和三维设计、工程及娱乐软件的领导者欧特克有限公司日前与国内享有盛誉的设计公司上海现代建筑设计（集团）有限公司在沪签署战略合作备忘录。藉此，双方拟议通过更紧密的战略合作关系，共同推动将欧特克创新设计软件和技术与现代设计集团的全线业务进行整合。两家公司还将合作进行建筑信息模型（BIM）的改进研究，推动中国工程建设行业在生产力、效能以及可持续方面的改善。此次双方战略合作备忘录的签署，将有助于推进中国建筑行业的信息化进程，提高整个行业的信息化应用水平。

2012假日装潢交易会

4月29日—5月2日在上海展览中心友谊会堂（南京西路1377号），“2012假日装潢交易会”将与全市待装潢市民见面。本次“2012假日装潢交易会”由上海本土装潢公司代表聚通装潢独家承办，定位中高端装潢用户，全部展出内容与服务品质均较之以往展会有明显不同，无论专业程度或是观展舒适度均将给市民带来前所未有的愉悦体验。

详情可提前点击www.jt111.com查询，网上报名更有好礼相送。咨询：800—988—1893