第一图书网, tushu007.com

<<结婚后，爱情怎么办>>

图书基本信息

书名：<<结婚后，爱情怎么办>>

13位ISBN编号：9787515305769

10位ISBN编号：7515305762

出版时间：2012-4

出版时间：中国青年

作者：肖雪萍

页数：208

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

第一图书网, tushu007.com

前言

我猜测正在翻阅本书的你，会是一位热爱生活，并乐意在生活中去成长、经历和发现崭新自我的人，我想象你可能对探索幸福婚姻充满兴趣，同时也愿意去探索新的幸福路径。

不知道你是否曾有这样的体验：书里有许多很棒的建议，却常常让你只在阅读的那一瞬间在心里点头称是，待回到自己生活里去践行时，就遇到诸多的困难，于是很快忘记了那些道理。

于是在日后一遍一遍重复当初的模式，并在过程中隐隐地对固执的自己感到失望，也对生活感到无奈。

我深信当一个人真正理解了某个事物，即越过“我知道我知道”，走进“我不知道我知道”和“我不知道我不知道”的领域，才能从那事物中淡然走过，到达下一个目的地。

这正是我写本书的出发点。

如果你能仔细阅读每一章，并与你的伴侣认真做完课后练习，你会对双方有与以往不同的认识和理解。

如果你们还愿意进一步与其他的夫妇进行交流，那你们的收获将会更加深入。

另外，在本书中我用“他”代指男女两性，所以如果你看到了这个字眼，那么“他”也可能是女性。

祝福你的婚姻生活美满、温暖、绵远悠长！

第一图书网, tushu007.com

<<结婚后，爱情怎么办>>

内容概要

《结婚后，爱情怎么办：让幸福无法说NO的婚姻心理学》的内容涵盖婚姻的方方面面，从婚姻的本质开始，深入论述亲情、爱情、男女差异、原生家庭、婆媳关系、沟通、金钱、性、外遇等婚姻中的重要课题。
您将在作者的引导下，用全新的视角来看待婚姻中遇到的问题，学会用新的思维方式去处理婚姻中的矛盾，您还将更深的领略爱的真谛，从而拥抱幸福、安宁、自由的内心世界。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

肖雪萍，资深心理咨询师，婚恋专家。
曾跟随多位国内外知名导师深入学习十多个心理学流派的专业技术，在临床心理工作中，专长于婚恋关系困境、夫妻关系修复、外遇等婚姻常见问题的处理，曾陪伴众多渴望幸福婚姻的人们，共同走过痛苦与喜悦交加的时刻。
央视《心理访谈》栏目嘉宾，时尚网专栏作家，百度、《悦己》、《家人》等多家媒体特邀心理专家。

第一图书网, tushu007.com

<<结婚后，爱情怎么办>>

书籍目录

|第一章|
婚姻的本质
被欺骗的王子和公主
不完美的婚姻
6个人的婚姻
复杂的婚姻关系
为什么结婚？

婚姻的价值
“审美疲劳”的谬误
关系的周期
爱情究竟是什么？

爱情的真义
思考与讨论
自我发现与彼此沟通
伴侣练习题
来一曲双人舞
|第二章|
没有“凑巧”的幸福婚姻
相爱就能幸福吗？

大多数人的误区
夫妻的第一个孩子
婚姻需要被呵护
幸福不是靠运气
幸福婚姻的关键因素
婚姻里的“蒙面杀手”
谁在危害你的婚姻？

不完全的人
婚姻关系与自我完善
思考与讨论
审视你们的婚姻
伴侣练习题
绘出未来家园
|第三章|
“孝顺”的心理学意义
“百善孝为先”的背后
中国文化的误区
离开，让孝顺更容易
维护婚姻的独立性
为什么不离开？

复杂的家庭缠结

如何温柔地离开？

建立明确的关系界限
夹缝里的幸福生活
做个智慧的媳妇
思考与讨论
自我探查与关系检视
伴侣练习题
建立家庭界限

章节摘录

插图：爱情与承诺理性者把婚姻说成是两个成年人在自愿的情况下，签订的一份合伙合同。
但感性者认为婚姻是他们爱情的终极表达，当两个人恋爱到一定的阶段，就会渴望一个稳定的、不被干扰的、被法律认可的关系，并且希望这关系是终生的、永久不变的。
从这个层面上来讲，结婚也是一种公开的、外化了的承诺——爱情是私密的，但婚姻却必须是公开的。
有一位男士曾宣言道：“ 我这一生最大的成就，就是娶了我的太太 ”。
在有些人那里，婚姻被认为是一种个人成就，因为那意味着有人在完全地爱着他，完全地委身于他。
在我们的文化里，婚姻也常常有“ 成年 ”的意味，即从一种身份走向另一种身份，是负责任的开始。
个体在结婚之前，可以心安理得地从父母那里接受许多支持，而结婚则意味着独立，有一种隐含着的庄严感：“ 我从家庭出生，在家庭成长，现在我要建立自己的家庭，发展自己的世界 ”。
身份感与风险的抵御以发生在几年前的“ 艳照门 ”事件为例，在事情发生之后的几年来，当时处于未婚状态的女性的下场都很悲惨，演艺事业大大受挫，直到最近才开始若有若无地在公众视野中出现。
而那些已婚的妇人，则可以在丈夫与家人的支持之下，反而获得更大的发展，即便在离婚之后，也仍然能稳居天后交椅。
如果我们在生活中遭遇了困难，婚姻可以成为避风港，给人们疗伤的空间。
这是因为，婚姻可以在这个纷繁复杂的社会中给我们一个身份，给我们一个位置，而这可以帮我们在很大程度上对抗来自外界的压力和伤害。
这个原理，就好比大公司与小公司的差别。
在面临金融危机时，大公司承受风险的能力势必比小公司大得多。
安全而深刻的性一对并无血缘关系的男女，为什么能在相爱几年甚至几个月以后，就能建立起比父子母女关系更加紧密的情感联系？
那是因为他们之间有性，性把他们深深地联结在一起。
男人和女人建立一段排他的爱情关系，同时承诺将与对方共度一生，他们因此得到了一个可以完全放松自己的空间，得到可以不带任何修饰地展露真实自己的机会，而这样的放松，这样的自由自在，可以让他们得到真正的释放。
在性活动的过程中，由于放松、自在和释放，男人和女人可以放心地在一次次赤裸相对里，向对方敞开自己最柔软最容易受伤的部分，并逐渐建立起稳定感和安全感——在稳定感的基础上，安全感才能油然而生。

后记

孟子说：“ 尽信书，则不如无书 ”。
大多数国人都知道这个典故，但能作为生活和学习准则的却少之又少。
这大概是缘于我们从小就学到了一个“ 真理 ”：在作文中写自己的真实想法，可能会考试不及格。
这让我们在成年以后，会不加分辨地认同专家学者。
却忘记了那些专家学者的研究成果，往往是基于他个人的背景、学识、经验而来，所以他发表的对事物的看法，往往只是站在某个角度而已，还有千千万万个角度是这位专家学者不曾看到的，有待后来者去进一步发现，并对他的观点进行扩充。
在人文领域，尤其是这样。
所以亲爱的读者，我也建议你不要全盘接受本书中的所有观点。
在阅读的时候，带着你的思考，经常问自己一个问题：作者是这样看的，我呢？
这个法则适用于你今后阅读的所有书籍，听到的所有专家观点，如此久而久之，你的独立思想和内心准则就会逐渐显露，不随波逐流，不盲目从众，会让你的内心充满自信和力量。
如果你有什么想法，有任何想要进一步探讨的观点，或者有个人案例想要提供，请与我联系，我的邮箱地址：michelle29@126．com

媒体关注与评论

虽然我们知道爱情和婚姻是完全不同的概念，但却缺少对其复杂细节的深切体验与理性认知。
本书是一本能让人理清思绪，看透婚姻本质的书。
阅尽婚姻甘苦的作者，将增进婚姻幸福的方法融入字里行间，读后便觉眼前开阔，心中明朗。
——《百科知识》杂志编辑 张小萌　当人们拥有了婚姻，却还总算计着去抓住令人“心满意足”的爱情，只能说你想多了。
倒不是说你不该这么想，而是你得清醒点儿，毕竟地球并不围着你转，婚姻自然也不。
古往今来的爱情罗曼史误导了人们太多，而男女自幼接受的爱情价值观又截然相反，所以不论爱情还是婚姻，都得理清其中除了亲密关系外，还存在敌对关系。
　不过这并不算坏，至少让人懂得了从“我”出发的不对。
本书并非和你一起追问爱情的去向，而是在个人的婚恋价值观、夫妻的合作之道、婚后社会关系总和的有效调和上提供灵活的思路和建议。
任何事都如此，只有当更切实有效的观念形成后，才能谈得上方法运用，所以别指望在这本笔调轻松的书中去生搬硬套。
　每个人，都需要反观和动脑，希望你能通过这本书，找到婚姻及爱情中的自己。
　——《家人》杂志心理栏目编辑 李蕾　作者从心理咨询师的角度来解析爱情和婚姻的本质，用她自身的生命体验，透彻地剖析爱情和婚姻中的一切事物。
有这样一本婚姻情感指南，能让婚姻中的彼此认清自己在婚姻中的角色，认清爱情在婚姻中的真正形态，这样爱起来或许会让人更加自信和从容。
　——凤凰卫视旗下杂志《凤凰周刊?生活》编辑总监 郭蔷　经常关注肖老师的文章和微博，每每受益匪浅！
　肖老师的文字干净、简练，却又充满了身临其境的空间美感。
在阅读的时候，往往可以把读者带入一种平和、宁静的思考状态，随着一行行悦目的文字，感受那字里行间作者倾注了爱与温暖的对婚姻，对情感的丝丝调理分析，相信每一位读者都会是享受的，在享受的同时感悟到了感情生活的态度。
　希望每一位读者，都可以从肖老师的书中学习到感情生活的艺术，从而让爱情得到更美的升华！
　——时尚网编辑 胡蕊　爱情不是婚姻的全部，但爱情也不是婚姻的坟墓。
本书的可贵之处就在于，它会帮你把爱情和婚姻之间的种种梳理清楚，让你在拥抱婚姻家庭的同时，不至于在无意中丢掉爱情的甜蜜。
　——天际网运营编辑 殷宁　现在回头看十几年的婚姻生活，颇感叹如果当初有此刻的领悟，不知道要少走多少冤枉路，少做多少后悔事。
偶见肖雪萍老师的书，这样清晰地娓娓道来，仿若一位智慧的母亲向自己的女儿讲述经营婚姻的真谛，那样的真挚，那样的细致，那样的哲理，如若当初有此书，必早就收获婚姻的甜蜜了。
恭喜在婚恋之初得到这本书的年轻朋友们，幸福已走进你们的生活。
　——张颖琳 大学老师　幸福，该用什么来衡量？
婚姻美满一定是其中非常重要的一部分。
本书作者以通俗趣味的笔触将心理学知识融入生动鲜活的案例，对婚姻关系——这一世界上最复杂的关系进行了很好的诠释和分析。
如何成为一个更具智慧感的伴侣，在这本书中你会找到满意的答案。
　——王妍乐蜂网副主编　作为一名职业女性，经历了走进职场、牵手婚姻、为人母亲、职业发展，更希望在工作与生活之间得到平衡。
这一路的困惑与摸索，在我看到本书后，恍然发现都在其中找到了答案。
这是一本集合婚姻心理学、人际学、经济学知识的书，希望看到它的朋友，能如我一样豁然开朗。
让我们带着情商、财商，在婚姻里得到幸福的一生。
　——某时尚品牌人力资源经理李彩虹　本书没有枯燥的理论说教，也没有华丽的辞藻修饰，只是用充满哲思的文字，温和地阐述着婚姻和爱情的真谛。

这是一本非常适合准备步入婚姻，和刚刚步入婚姻的年轻爱人同时阅读的幸福枕边书，祝福天下的有情人都能通过它收获经营婚姻的智慧和能力！
——世纪佳缘情感研究中心　肖老师以圣女的情怀、熟女的心态、才女的智慧，把结婚后的焦距进行了调整，让我们不再看到所谓的“结果”，而更去关注相互胶着攻防的过程。
在这场永不停止的战局中，没有胜败才没有结束。
——王丹Kiven，斯瑞福特营销公司CEO，曾任某时尚杂志主编　婚姻，永远是我们无法真的了解的一门科学，如果你想要得到幸福的婚姻，不妨看看这本书吧。
——央视美女导演 两性情感作家 yoyoo　幸福，该用什么来衡量？
婚姻美满一定是其中非常重要的一部分。
本书作者以通俗趣味的笔触将心理学知识融入生动鲜活的案例，对婚姻关系——这一世界上最复杂的关系进行了很好的诠释和分析。
如何成为一个更具智慧感的伴侣，在这本书中你会找到满意的答案。
——蜂网副主编 王妍乐　作为一名职业女性，经历了走进职场、牵手婚姻、为人母亲、职业发展，更希望在工作与生活之间得到平衡。
这一路的困惑与摸索，在我看到本书后，恍然发现都在其中找到了答案。
这是一本集合婚姻心理学、人际学、经济学知识的书，希望看到它的朋友，能如我一样豁然开朗。
让我们带着情商、财商，在婚姻里得到幸福的一生。
——某时尚品牌人力资源经理 李彩虹　本书没有枯燥的理论说教，也没有华丽的辞藻修饰，只是用充满哲思的文字，温和地阐述着婚姻和爱情的真谛。
这是一本非常适合准备步入婚姻，和刚刚步入婚姻的年轻爱人同时阅读的幸福枕边书，祝福天下的有情人都能通过它收获经营婚姻的智慧和能力！
——世纪佳缘情感研究中心　肖老师以圣女的情怀、熟女的心态、才女的智慧，把结婚后的焦距进行了调整，让我们不再看到所谓的“结果”，而更去关注相互胶着攻防的过程。
在这场永不停止的战局中，没有胜败才没有结束。
——王丹Kiven，斯瑞福特营销公司CEO，曾任某时尚杂志主编　婚姻，永远是我们无法真的了解的一门科学，如果你想要得到幸福的婚姻，不妨看看这本书吧。
——央视美女导演 两性情感作家 yoyoo

编辑推荐

《结婚后,爱情怎么办?:让幸福无法说NO的婚姻心理学》编辑推荐：风靡大陆的情感圣经，送给爱侣的最佳礼物。
国家顶级心理咨询师肖雪萍，告诉你——如何倾听、如何表达、如何感受、如何相处。
每一对相爱的人都必须学会的爱情秘笈。
《结婚后,爱情怎么办?:让幸福无法说NO的婚姻心理学》将会告诉你如何把幸福应用到自己的生活中去。
关于婚姻，你想拥有的智慧都在这里！
——进入婚姻之后，爱情可以这么办！
一部让你在婚姻世界中重塑身心，感悟爱情真意的枕边书。

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