

<<婆婆，是家人不是外人>>

图书基本信息

书名：<<婆婆，是家人不是外人>>

13位ISBN编号：9787122111319

10位ISBN编号：7122111318

出版时间：2011-8

出版时间：化学工业出版社

作者：黄越绥

页数：200

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>

## &lt;&lt;婆婆，是家人不是外人&gt;&gt;

## 前言

【自序】 婆媳问题，不难 有人说世界上最没得选择的人际关系是“亲戚”；与“邻居”；而亲戚的关系中文以非血缘关系、但却文必须共同生活的“婆媳”问题最难处理，因为多数的婚姻因婆媳关系成立而存在，相对地，也有不少成立的婚姻关系因婆媳问题而崩溃。

数千年的人类进化发展中，不论是国家、种族、社会、政经、文化之间的差异，以及历经大自然变化、战争及各种灾变的劫后余生，即使人类的智慧演变到今日高度科技发达、而文明更上一层楼的尖端时代里，婆媳的问题仍旧存在并屹立不摇。

就算某个层面因时代背景而有所改变，但对婆媳角色的本质认知上还是有一段距离。

我在廿多年前曾出版过一本《婆媳牵万情》，针对台湾的社会现象及自己多年来辅导家庭个案的实例，来剖析婆媳间的人际关系、互动中的角色扮演与沟通的技巧……等，部分内容至今虽仍多受用，但因时代不断往前推进，而每个时代的两性与家庭关系也因时空背景的差异、社会结构的变迁以及价值观的不同等，都在快速蜕变中，人性的本质与传统的文化并不能完全切割，因此包括婆媳之间的相处之道在许多领域上的看法、观点及做法，却必须做些适度的调整才能适性与应用。

每个家庭都是一个独立的国度，而每个婆媳的案例都是因人而异，每个婆媳的故事即使同中存异、异中求同，但终究只能供参考，不能以偏概全或一竿子打翻一船人。

人与人之间由共同生活所延伸出来的亲密关系，往往是建立在依赖与被依赖及性与友谊的爱情上，一旦结了婚，媳妇就成为大家族的一员，而与婆婆的关系无形中在上述的部分关系也变成了存在的事实。

哲学家喀雪特曾经以恋爱和催眠状态来做比较，指出女人要比男人更容易被催眠（关于这点，其他心理学家提出不同看法，其中有人则认为最易被催眠的应是军人和公务人员，因他们有服从命令的习惯），理由是女人不会让很多事来分散她们的注意力，女性要比男性更容易专心，至少对爱情这部分倒是事实。

正在恋爱中的女性会感到自己的身心随时挂念着心爱的男人，而男人对于女性这种全心全意的爱情有时候会有一种自卑感，男性虽然也有爱情，英雄也会品尝到家庭的快乐，不过男性不会像女性那样集中于爱情。

曾有位男士几经波折之后，终于得到自己所爱的女人并与她结婚，这位女性具备了美丽与才智，是位非常杰出的女性。

她想在结婚度蜜月时来魅惑自己的丈夫，于是他们选择到国外一家座落在山腰、很高级的饭店度假，他们感到非常幸福，但就在那里时，她的丈夫知道了他最在意的商业竞争对手的业绩已经突破了他最自豪的纪录，于是他要胜过对方的欲望取代了一切，他一面听着新婚妻子的情话，但一方面却已经发动马力准备下山与对方火拼了，最后，当妻子了解了丈夫的心意，只能悲哀地说：“以一个妻子的身分，你知道这几天的蜜月对我的意义与重要性吗？就跟你做为一个男人和做为位企业家的冒险是一样重要。

”不过她丈夫还是不能了解——当然他不了解是必然的。

就以夫妻的关系而言，其共同生活的条件也各不相同，因为两人未结婚前各自的生活条件早已因不同而有所不同。

曾以“结婚是否幸福”来做测验，结果发现有些女性因为丈夫有钱而感到幸福，有些女性则因为婆婆而感到不幸，然而爱情才定核心却是无可否认的。

夫妻生活之间虽然存在着各种不满，而且这些不满与其说是失去了爱情的“原因”，毋宁说是它的“结果”或者是它的合理化。

也许读者会觉得此书内容放进太多学术理论显得有些严肃，甚至不太像我个人浅白易懂的风格，而且似乎好像都是站在要求媳妇学习、修正与改变的立场居多，难道婆婆就不必要理会？现代女性与传统旧社会的女性比较起来，在人生的角色扮演上已经有相当的自主性，而且小家庭也蔚成婚姻生活结构的常态，婆媳间的相处也从过去的“主从”关系变成“客卿”相待，加上当上婆婆的几乎都与媳妇的母亲年纪或年代相仿，那女儿连自己的母亲都改变不了，又何必自讨没

## <<婆婆，是家人不是外人>>

趣想来改造婆婆呢？相对地，为人婆婆者当然也有必要体认“识时务者为俊杰”的道理，时代向前迈进，人活到老要学到老，养育子女成年就是要能放手让他们独立自主地去面对与挑战自己的人生，只要能多体谅媳妇是新手，并由衷地感谢她代替你去照顾你的儿子及孙子们；否则，若一味以婆婆的权威来“倚老卖老”，恐怕最后只落得“老狗变不出新把戏”，反而自取其辱罢了。

对婆媳关系最好的方式，就是面对彼此存在的事实，给予对方时间与空间来学习与交流，并在尊重包容下真诚地爱上对方，彼此在不计较的前题下，共同活出快乐的天地。

## <<婆婆，是家人不是外人>>

### 内容概要

婆媳问题是亘古不变的话题：  
厨房到底谁由谁做主？

谁的孩子教育方法才对？

如何应对才不会误触彼此地雷？

媳妇如何在婆婆与先生这种三角关系中取得平衡，  
这些全都是一门大学问。

所以，婆媳之间的；中突到底有没有解决之道呢？

黄越绥老师说：“其实，方法无他，‘平衡’而已”

本书提出常见的婆媳案例，佐以精辟解析，让你学到概念、掌握技巧，进而建立稳固的婆媳关系，营造愉快圆满的家庭！

## <<婆婆，是家人不是外人>>

### 作者简介

黄越绥，菲律宾大学公共行政管理(MPA)硕士，美国哈佛大学东方民族基金会研究员，美国心理咨询协会(ACA)会员，美国婚姻家庭治疗协会(AAMFT)会员，美国心理发展基金会(PAIRS)讲师，研究生毕业后，曾以资优讲师身份保送到哈佛大学深造，并参加各种心理辅导咨询课程的专业训练，在海外从事临床实务研究达六年之久。

从事婚姻心理咨询专业工作之余，通过大学讲课、专栏、公开演讲及主持电台、电视节目及十余册的著作来推动两性平等教育，且每年定期利用寒暑假负笈北美洲，与政府单位及家庭婚姻心理咨询学术界做专业交流。

著作：《婆媳牵万情》、《台湾婚姻档案》、《婚姻靠经营》、《怎样享受满分的婚姻》、《母女江山》等。

## <<婆婆，是家人不是外人>>

### 书籍目录

#### Part 1 婆媳，千古不变的女人习题

1. 婆媳过招第一步——知己知彼
2. 婆婆要当植栽者，媳妇要仿参与者
3. 养儿育女的跑道上，有婆婆支援真好
4. 一心四要点，婆媳不对立
5. 有称职的“第三者”，婆媳沟通没问题

#### Part 2 婆媳问题面面观

6. 生活习惯大不同，“将心比心”少冲突
7. 厨房真的只容得下一个女人？

8. 婆媳意见不同是正常，先“听”再“说”
9. 婆媳出现问题时，该如何请丈夫帮忙？

10. 门不当户不对的婚姻，要如何与婆婆相处？

11. 拒绝婆婆的好意，态度要委婉坦诚
12. 媳妇的好要让婆婆知道
13. 与婆婆教养观念不同调——先静观其变，再对症下药

#### Part 3 手牵手，婆媳关系向前进

14. 婆婆过度介入夫妻生活时，该怎么办？

15. 尊重与理性，道不相同不冲突
16. 合理分配家用，理财有道不浪费
17. 夫妻争执在所难免，面对长辈干预要冷静
18. 当先生有外遇时，该如何找婆婆帮忙？

19. 停！

#### 聪明媳妇不在婆婆面前说老公坏话

20. 我的婆婆超迷信该怎么办？

！

#### Part 4 嘴甜足永远不变的通则

21. 引赞美婆婆不等于拍马屁
22. 礼不在贵，在于送到婆婆心坎里
23. 送礼不用挑吉日，真情付出就好
24. 当婆婆的赞美意有所指——先观察，再反应
25. 当婆婆送来不适合的礼物——可婉拒，但有技巧

#### Part 5 给媳妇的20项贴心叮咛

##### 媳妇一定不能做的10件事

1. 莫强词夺理——理性与宽恕才是真正的美德
2. 莫自以为是——莫当自以为是井底蛙
3. 莫存嫉妒心——具备睁只眼闭只眼的包容性
4. 莫惹是生非——重要的是聆听与保密
5. 莫强出头——不当夺权的陌生人
6. 莫搞分化——不要结合次要敌人打击重要敌人

## <<婆婆，是家人不是外人>>

- 7.莫数典忘祖——文化遗产之礼不可废
- 8.莫依赖靠山——不要轻易祭出娘家牌
- 9.莫找代罪羔羊——婆婆不是你的出气筒
- 10.莫暴殄天物——礼物再不中意也是种纪念

### 媳妇一定要做的10件事

- 1.坦诚无惧——真诚才能让爱持久
- 2.勇敢努力——勇于面对是智者
- 3.虚心学习——学习是成长的不二法门
- 4.心存感激——施比受有福
- 5.人伦教育——千金难买三代情
- 6.关照需要——礼多人不怪，适时送温情
- 7.自我调适——打在孙身痛在婆心
- 8.理性处事——罪不及妻奴，对事不对人
- 9.成人之美——君子有成人之美
- 10.和谐圆满——不一样的母亲，一样的情分

## <<婆婆，是家人不是外人>>

### 章节摘录

版权页：有越来越多的年轻一代，迷惑于物质与科技下的速成文化，因此而排斥传统文化，视之为繁文缛节，包括清明扫墓、逢年过节祭祀等礼节，殊不知文明的发展就是由这些民间习俗累积而成的。

“世界大同”最大的意义在于不同人种、文化与语言的交流下，能彼此欣赏、学习与共同成长，所以当你希望自己或下一代变成国际人，融入世界村时，有个很重要的指标是，你必须先了解你自己是个什么样的人，来自哪个国家，你能否告诉别人或与人分享你所成长的社会文化背景，以及你个人生活中的经验与体验呢？

因此缅怀传统、拥抱新视野而活在当下，这就是人类代代不被毁灭的原因。

婆婆在乎的生活方式就是夫家特有的文化，为媳者一定要尊重，尤其除了婆婆其本身的重要节日，如生日、母亲节，为人子女者不能忘记外，她在乎的节庆诸如祖先的祭拜或清明、端午、普渡及过年，或宗教上的各种节庆活动，为媳者若不能独挑大梁，但至少婆婆交代的任务不能忘记或草率应付。

你可以用各种文明的沟通方式来获得婆婆的体谅，但不要借宗教理由来排斥、蔑视或不屑夫家世代建立的生活习俗与文化。

凡事用尊重与理解的客观态度，你便可明了婆婆的所作所为不是毫无道理的。



## <<婆婆，是家人不是外人>>

### 编辑推荐

伸手不打笑脸人。

&mdash;&mdash;张柏芝 爱婆婆就是爱老公。  
&mdash;&mdash;李翊君 婆婆疼媳妇，要顶半个娘。  
&mdash;&mdash;王菲 乖巧的媳妇婆婆爱。  
&mdash;&mdash;小S 婆婆再辣也是长辈。

&mdash;&mdash;归亚蕾 和婆婆同住能缓和夫妻吵架。

&mdash;&mdash;杨千嬅 案例： 李翊君陪婆婆看电影 秘诀：投其所好 王菲怀孕靠婆婆调理  
秘诀：有点儿“患难见真情”的意思 小S尊重长辈讨欢心 秘诀：“秀在外”  
，还要“惠在中” 归亚蕾“体谅”婆媳关系 秘诀：通情达理 你跟婆婆  
处不来吗？

常常说什么都错，做什么都不对？

不知道该怎么做才能改变这个情况？

婆媳，是世界上最大的人际关系问题，说是家人，却又带点距离，稍一不慎，便容易引爆冲突！

累积二十五年心理谘商经验、婚姻心理谘商专家 黄越绥老师，用她的专业知识和人生智能，  
教你如何在婆媳关系中找到平衡，让你从此不再为婆媳问题抓狂！

<<婆婆，是家人不是外人>>

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>