

<<让婚姻赢在起跑点>>

图书基本信息

书名：<<让婚姻赢在起跑点>>

13位ISBN编号：9787210042563

10位ISBN编号：7210042563

出版时间：2009-12

出版时间：江西人民

作者：(美)勒斯·帕罗特//莱斯利·帕罗特|译者:文洁//王醴颀

页数：164

字数：120000

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>

<<让婚姻赢在起跑点>>

前言

这些年来，越来越多的专家学者看到婚前辅导的重要性。

为了一份谋生的工作，人们需要参加很多训练，以便能称职、优秀乃至卓越；但对关乎一生幸福的婚姻大事，我们却少有人在婚前有所学习，俨然没有受训的新兵上战场，伤亡率自然极高，在婚姻中伤痕累累，最后越来越多的婚姻以离婚收场，让人扼腕叹息。

痛定思痛，过去30年来，一群值得尊敬的学者投身于关于婚姻幸福的实证研究，并在此基础上形成了效果很好的婚前辅导、婚姻辅导课程，祝福了很多夫妻。

帕罗特博士夫妇这本《让婚姻赢在起跑点：婚前婚后要问的七大问题》是英文世界上最畅销的婚前辅导读本，出版以来，已经有近100万对新人使用这本书。

到底是什么原因让这本书在众多的婚姻类图书中脱颖而出呢？

有几点很突出。

第一，这本书扎根于实证研究的资源。

作者广泛吸收了约翰·高特曼、霍华德·马克曼等当代研究大师的成果，以好读好看的方式呈现给读者。

第二，这本书由帕罗特夫妇合写，对男女差异的把握更加精到。

帕罗特博士是西雅图太平洋大学关系发展中心主任，全美著名的关系学专家，对人际关系有精到的研究。

而莱斯利·帕罗特是资深的婚姻辅导员。

本书把他们夫妻二人生活的体验和几十年咨询辅导的经验融为一炉。

<<让婚姻赢在起跑点>>

内容概要

你能否诚实地面对关于婚姻的神话？

你能识别自己爱的模式吗？

你是否建立了快乐的心灵习惯？

你懂得冲突的游戏规则吗？

婚姻关系学专家勒斯·帕罗特博士和莱斯利·帕罗特夫妻将自身婚姻成功的体会、多年的辅导实践经验和实证研究融合在一起，准确简洁地帮助每一对恋人或夫妻梳理婚姻中的七大问题，具有超强的可操作性。

本书目前已有10多种文字的译本，畅销全傲界，近100万对新人从中受益。

摘自Amazon网上书店的读者评论：“本书坦诚、简明，充满个性，引人走向健康婚姻。

这是一本优秀的婚姻关系书，我给它的评分是A+。

” “这是目前最棒的一本婚姻预备书，它一针见血地击中问题要害，我鼓励你认真阅读。

” “每一个人在结婚以前都应该阅读这本书。

它包含了最具有实践性的建议。

同时我也大力推荐读者使用其配套的练习册！”

<<让婚姻赢在起跑点>>

作者简介

勒斯·帕罗特博士与莱斯利·帕罗特是一对结婚多年的恩爱夫妻，同为美国西雅图太平洋大学关系发展中心理事，著名的作家与婚姻顾问，著有多本获奖的畅销书，同时主持多个广受欢迎的广播电视节目。

<<让婚姻赢在起跑点>>

书籍目录

- 献辞英文版出版前言本书使用指南第一章 婚姻大问题之一 你是否诚实地面对关于婚姻的神话？
第二章 婚姻大问题之二 你能识别自己爱的模式吗？
第三章 婚姻大问题之三 你是否建立了快乐的心灵习惯？
第四章 婚姻大问题之四 你能清楚地表达自己并理解别人的话语吗？
第五章 婚姻大问题之五 你了解两性差异吗？
第六章 婚姻大问题之六 你懂得冲突的游戏规则吗？
第七章 婚姻大问题之七 你与配偶是心灵伴侣吗？

<<让婚姻赢在起跑点>>

章节摘录

期望的迟迟不到，担心的不请自到。

这句话对于婚姻来说好像特别适合。

在婚礼上说“我愿意”时，我们都自觉不自觉地带着大量不现实的期望。

莱尔和凯西是一对快30岁且有4年婚龄的夫妻。

带着各自对婚姻的憧憬，他们开始了婚姻生活。

然而，双方都没有和配偶分享过自己的想法。

如同其他新婚夫妇一样，他们都理所当然地认为彼此对婚姻的图景和认识是一致的。

事实上，在现实生活里，这是不可能的。

凯西说：“我希望婚姻能使我们的生活更安稳。

在我看来，婚姻生活就像两个人在花园里共同工作一样美好。

”莱尔反驳道：“我向往的婚姻生活是激动人心和率性的，它没有固定程序。

我觉得婚姻生活应该像两个人一起骑摩托车那样刺激。

”莱尔和凯西早在童年时代就开始向往美好的婚姻生活。

在成长过程中，各自父母亲的婚姻模式成为他们的典范。

长大后，他们阅读了很多爱情书籍，又从很多婚姻题材的电视节目或电影里受到影响。

到了适婚的年龄，他们梦想着美好的生活，自然而然地，他们形成了各自对婚姻生活的观念，对夫妻生活将会是怎样或应该是怎样各自有一套看法。

在他们婚姻的蓝图中，莱尔和凯西都有意无意地按照自己的愿望挥动画笔，但双方都没有意识到，对方完全可能用不同的调色板来编织这幅图画。

他们想当然地认为，自己的伴侣会以相似的方式彼此取长补短，默契配合。

婚后第一年是矛盾的尖锐爆发期。

凯西对婚姻生活安全稳定的期待却被莱尔视为单调枯燥的表现。

他们在一些事上有共识，却在深度、强度上透露出差别。

凯西总喜欢用不同的色彩仔细地描绘，而莱尔却愿意用最基本的颜色大胆地挥洒。

大部分不切实际的期望可分为两类：内在习惯（unspo-kenrules）和潜意识角色（unconsciousroles）。

这两方面的明朗化可以减少年轻婚姻中的许多摩擦和眼泪。

内在习惯我们每一个人都形成了一套不成文但确实存在的规矩（译注：我们称为“内在习惯”）。

这些规矩隐而不语，但当我们的配偶“打破”这些隐而未说的规则时，这些规则就显得明朗了。

比如婚后，当我们以夫妇身份第一次去拜访双方家庭时，各自的内在习惯让我们感到很难受。

结婚后的第一个圣诞节，我们从洛杉矶乘飞机去芝加哥和家人一起共度节日。

第一个晚上是在我（莱斯利）的父母家里。

按照我们家的习惯，我一大早便起床，尽量珍惜和家人在一起的每一分钟。

相反，勒斯却在床上呼呼大睡。

我误以为勒斯之所以睡觉是为避免甚至抗拒和我的家人在一起，一点不珍视和我的家人在一起的时间。

“你这样做让我很难堪，”我说，“家里每个人都起床了，去厨房里用早餐。

难道你不想和我们在一起吗？

”然而，勒斯没能理解我的意思。

“我怎么了？

我只是倒时差。

洗完澡后我就下来。

”他说。

事后我才知道，勒斯喜欢在度假时享受缓慢舒适的节奏，因为那是他们家的习惯。

通过这件事，勒斯无意间打破了我们家的规矩，我也发现了这一个从未用语言表述过的规则。

我们俩都感到被误解，陷入沮丧。

<<让婚姻赢在起跑点>>

我们都在以自己的想法为基础决定取舍，都没有想到彼此的期望是如此不同。我们都因对方的这些隐而未说的规则而烦恼，也因其间的差异而郁闷。自从这次经历后，我们学会了分享潜在的期望和隐而未说的规则。我们也提醒那些向我们寻求帮助的妻子，留心自己的内在习惯，阻止小问题演变为大问题。下面是我们从其他夫妻处收集到的一些内在习惯的实例。

- 一定不要打搅对方的工作。
- 总是买有机水果和蔬菜。
- 不到绝望不要寻求帮助。
- 尽量少说自己的成功。
- 总是把黄油放在桌面上而不是放在冰箱里。
- 不要太努力地工作或不要工作太长时间。
- 生日庆祝活动一定要盛大。
- 永远不要用大嗓门讲话。
- 不要谈论你的身体。
- 谨守时间观念。
- 睡觉前打扫厨房卫生。
- 不要谈论自己的感受。
- 总是按时付账。
- 不开飞车。
- 不在饭馆里买甜点。
- 只在紧急状况下使用信用卡。
- 不买昂贵的礼物。

<<让婚姻赢在起跑点>>

媒体关注与评论

“帕罗特夫妇将给你的婚姻关系带来革命。

”——麦道卫（Josh McDowell），《相爱的秘密》作者“这本书让我个人受益匪浅。如果错过帕罗特夫妇的信息，你的损失太大了。

”——史葛利（Gary Smalley），《爱的语言》作者

<<让婚姻赢在起跑点>>

编辑推荐

《让婚姻赢在起跑点:婚前婚后要了解的7大问题(附练习册2本)》英文世界里最畅销的婚前必读近100万对新人使用

<<让婚姻赢在起跑点>>

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>